新加坡肉骨茶

SINGAPORE BAH KUT TEH

★ THE BEST IN TOWN ★

肉骨茶起源于南洋一带，是一种药材熬制的猪骨汤，
由当年远渡重洋谋生的华人先辈们所研发，后逐渐发扬光大，
远播至东南亚甚至亚洲各国。
而本册汇聚了新加坡全岛的众多特色肉骨茶美食店，
深度挖掘这享誉海内外的国民佳肴。

新加坡肉骨茶传奇

近年来，肉骨茶成了新加坡时下最火的国民美食。肉骨茶到底有多美味？新马口味有什么不同？肉骨茶要怎样吃？畅游行特别制作，带你走访本地数家富有特色的肉骨茶。

目 录 Contents

1 新加坡肉骨茶传奇
2 肉骨茶要怎么吃?
4 松發肉骨茶
8 奇香巴生肉骨茶
10 老字号中峇鲁肉骨茶
12 成记肉骨茶
13 华兴肉骨茶
14 发传人肉骨茶
15 裕城肉骨茶
16 老亚弟肉骨茶
17 兴兴砂锅肉骨茶
18 团缘肉骨茶
22 白新春茶庄
26 泰国茉莉香米
28 茶骨禅心
30 家中自制肉骨茶必备清单
32 新加坡肉骨茶全岛分布指南

起源

当年飘扬过海的南洋华侨中，许多是依靠体力赚钱的苦力，为了预防风湿疾病，也为了增强体力，当年的先辈们想出了一种饮食方法，用各种当地产的中药材配合猪骨熬制出一种药膳汤。经过许多后人不断的改进配方，逐渐形成了如今我们餐桌上常见的肉骨茶。

用料

中国有句古话，“食疗同源，药膳同补”，指食物和药物其实没有多么明确的分界线。以药材置入平日里进食的食物，可以在病痛来临之前先进行预防。因此，肉骨茶里放置了中药材，如当归、肉桂、甘草、枸杞等，可预防各种亚健康疾病。最后，大蒜、胡椒也是必不可少的佐料。

派系

新加坡的肉骨茶居多是潮州派，具有较重的白胡椒味，汤汁呈黄色；马来西亚的肉骨茶则多是福建派，具有较重的药材味，汤汁呈黑色。两派各有拥护者。

配菜

吃肉骨茶时会搭配潮州功夫茶、香米饭、油条、花生、猪脚等。油条蘸着汤一起吃，功夫茶则是饭后解腻的作用。此外，肉骨茶汤里还会加入各式猪杂、猪尾、腰子等，有些地方甚至加入鲍鱼、海参。

肉骨茶要怎么吃？

一般人吃肉骨茶的印象不外是排骨，比起排骨，新加坡人更爱龙骨，有趣的是，在马来西亚龙骨反而不比排骨吃香。龙骨约15公分长，外形呈弧形，拿着它犹如握着鸡腿，很方便进食。品质佳的龙骨，只要你一口咬下，肉与骨即可分离，很过瘾。

龙骨

1. 猪的嵴骨的别称。
2. 从颈脊骨背脊骨腰脊骨到尾脊骨，就像一条龙，所以叫龙骨。
3. 肉少骨多

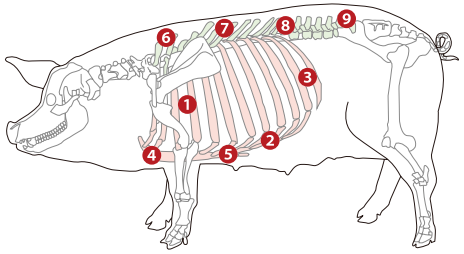
VS

排骨

1. 排骨就是肋骨。
2. 肋骨是一根一根的，卖起来一排一排的卖，所以叫排骨。
3. 肉多骨少

*屠夫卖排骨包含了龙骨（脊骨），一般上要搭配卖的才有利润。因此肉骨茶都会混搭这两种骨头，供食客不同选择。

猪的骨骼示意图



❶ 至 ❺ 猪肋骨连接脊椎的部份是硬的。

❷ 靠近地面的部份则有软的肋。软的肋骨基本上长在肉里面，不会特别切分出来。

猪的肋骨，越靠近头部越粗、越扁；靠尾部则越细、越圆。

肩胛骨+骨盆+腿骨=大骨 。

❻ 至 ❾ 整条脊椎都叫龙骨，脊椎越靠近头部越大块，越靠近尾巴越小。

屠夫会将猪先切分成为四大块，除了肩胛部位的肋骨，其他肋骨都会被锯断成两半。

PORK CUTS
猪肉分割图

肩胛

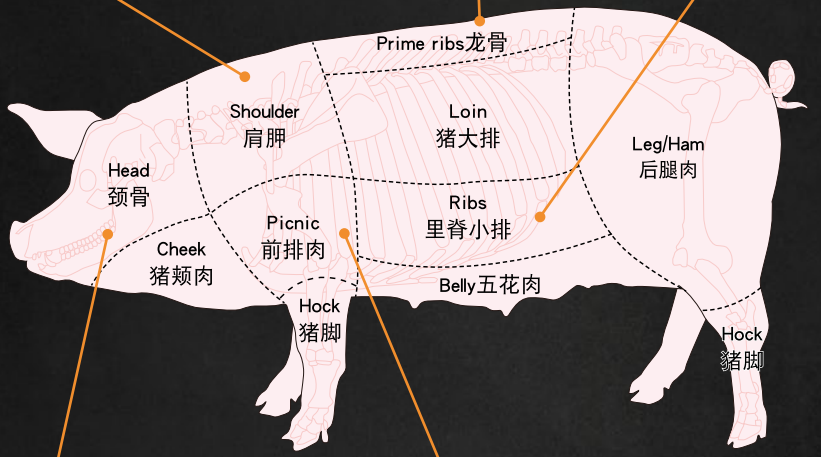
在取走梅花肉和胛心肉后，会留下一块所谓的“中排”，中排包含颈骨(杂骨)、胛心排和一段龙骨。

龙骨

骨多肉少，适合熬汤头。

里脊小排

形状整齐，适合煮汤、红烧、碳烤、酥炸、糖醋。



颈骨

属于肉多的排骨，貌似梅花状，也叫梅花排骨，由于一部份在排骨的前部，老一辈人叫“排骨头”，也叫头排。

前排肉

骨头宽扁、肉多。煮汤、红烧、糖醋通通适合。

软骨

在胸口有一个片状的软骨，一根根的软肋会收合集中到这边；这个部位的肉多、骨头可以吃之外，价位也比较便宜。

通常我们吃到的五花肉已经去皮和去骨过了，五花小排也是大家常说的子排或腩排（里脊小排+五花小排=子排，大家习惯上所谓的子排是指五花小排）如果把骨头一支支抽出来，就会得到很多根的支骨加一付去骨五花肉。

据本地知名老字号肉骨茶店主蔡先生透露，配搭肉骨茶真正好吃的是腩排，龙骨连着腩排，加上带着些许三层肉（去皮），火候一定要控制得好，否则煮太久就不香了。但是由于它的外形不比龙骨雅观，所以并不普遍，这年代连猪骨头都要看颜值呀！

松發肉骨茶
肉骨茶汤香浓却不辣，十分爽口，松發于今年被提名新加坡米其林奖。

松發肉骨茶
游客最爱的口味

松發相信对本地人来说都不陌生，说不定你吃的次数都比我多。对于许多老一辈的人来说，对松發的回忆或许该追溯到1969年。当年，松發肉骨茶的创始人杨应松在柔佛路一带，推着一辆手推车，在街边贩卖一碗热腾腾的肉骨茶。当大儿子杨学鹏在2007年接手店铺之后，便保留了父亲最初开档经营的模样，因此每间松發店内都摆放着一辆60年代的仿制手推车。踏入店内，仿佛令人回到过去的旧岁月里，品尝的不仅是那碗肉骨茶，而是一种传统的情怀。

还原60年代旧街景

说到店面的气氛营造，杨学鹏可谓是下足功夫，花足心思。细心一点的顾客可发现，他们对于每间店的风格都做了微调，例如最新的JEM分店，他们便摆了一辆复古迷你库珀，力求还原六七十年代的新加坡街景；在The Seletar Mall分店，则是构思出了“渔村”的主题，墙上绘制了各类渔村的图案；克拉码头则是选用Shophouse（临街家庭商店）的概念，的确十分花心思。他们呈给顾客的碗，也是传统闽粤地区“公鸡碗”，粗犷的工艺透着一种复古美感。

限量特级龙骨

店面的装潢只是给予顾客视觉体验，真正能留住顾客的是味觉的享受。松發肉骨茶在口味上走潮式路线，胡椒味香浓却不辣，排骨多汁而不老，肉质嫩得连没牙齿的老人家都咬得动。菜单上有普通排骨汤，也有龙骨汤和限量供应的特级龙骨汤。爱啃猪肉也没关系，猪肝、猪腰、猪肚、猪尾汤同样是肉骨茶汤底，又可以根据不同人的喜好选择吃不同部位。还可以选择掺杂两种部位的肉骨汤，分分钟治好你的选择困难症。

至于汤头更是重头戏，毕竟无论你选择哪种汤料，它的汤头就是那一种味道。他们选用肉骨、大蒜头等，配以白胡椒一起熬制。每次他们提着一个铁壶过来加汤，热汤冲入碗内，涌入口鼻的香气总令人欲罢不能，想再捧起来喝多几碗。

杨学鹏
松發肉骨茶老板
“食客到松發用餐时，仿佛回到六十年代。”

这群来自台湾的游客对松發赞不绝口。

喜欢动手自制肉骨茶的顾客可以买一盒香料回家。(S$22/盒)

松發茶清香解油腻

如果喝汤喝腻了，可以配一些小菜如蚝油菜心、五花肉、焖凤爪等。想体验最最道地的肉骨茶文化的顾客，还可以沏一壶松發茶“皇之园”，那一壶混合了白新春茶庄的乌龙及菊花的特供茶类，清香解腻。饮茶不仅可以消脂减肥，还可以解暑气、降血压等，十分适合健康饮食者。

印尼分店严控品质

松發不仅在岛内成绩亮眼，还将目光投向海外市场。自2014年在印尼雅加达开设了第一家店面，至今年年尾已经开设了多达四家特许经营店。肉骨茶走出国门成为新加坡之光，松發这个老字号功不可没。

注重市场营销

松發的成功，或许来自于他们对员工的重视。老板说，他希望员工在他这里能持续稳定地发展，能够培养出团队精神。而说到顾客群，松發真正能做到向海外游客推广，相信你也能看到克拉码头和牛车水分店那长长的人龙全都是外国脸孔吧。近期在The Centrepoint开张的松發更是势不可挡，拥有宽阔的停车位，南洋古早味的室内装潢吸引了人潮。这一切都离不开市场营销策略，无疑松發值得学习。最后，松發的地点选择非常便利，多数开在人口密集的市中心，或者购物商场内，顾客可以很随意地路过，坐进去喝一碗肉骨茶。

除了在店内享受美味，还可以买走他们的独制香料，回家自己动手煮。但是要注意食材和火候，否则还是乖乖坐进店里，享受他们的服务吧。

人气 No.1

卤猪脚
肥瘦相间，卤汁咸香。

芥蓝
又嫩又脆的健康蔬菜。

松發肉骨茶配“皇之园”，
真是绝妙搭配。

松發肉骨茶分店

乌节路
The Centrepoint,176 Orchard Rd, Singapore 238843
+65 6734 8498
10:30am-9:30pm（无休）

裕廊东
JEM，#B1-09, 50 Jurong Gateway Road, Singapore 608549
+65 6262 4818
10:30am-9:30pm（无休）

盛港
33 Sengkang West Avenue, #01-39/40/41 The Seletar Mall, Singapore 797653
+65 6702 7688
10:30am-9:30pm（无休）

牛车水
133 New Bridge Road, #01-04, Chinatown Point, ChinaTown Point, Singapore 059413
+65 6443 1033
10:30am-9:30pm（无休）

克拉码头
11 & 17 New Bridge Road #01-01, Singapore 059383
+65 6533 6128
11号分店：9am-9:15pm（星期一休息）/
17号分店：11am-10pm（无休）

樟宜
UE BizHub East, 6 Changi Business Park Avenue 1, #01-38, Singapore 486017
+65 6694 8098
10:30am-9:15pm（无休）

为主打分店

奇香巴生肉骨茶
来自巴生的特色肉骨茶

Johnny Lee 李峰贤
奇香肉骨茶老板

“现在新加坡人也能吃到我们家的正宗巴生肉骨茶了。”

二战前，马来西亚的李文地先生将肉骨与药材熬制成香浓的汤，供应给当地人饮用，因此在巴生一带名气响当当。而传说由于“文地”的名字福建语念起来与“茶（Teh）”相似，因此巴生一带的说法认为，这便是“肉骨茶”名字的起源。80年代，李文地先生的儿子创办了“奇香”这个品牌，后由其儿子李峰贤接管，并将首家新加坡分店开在了牛车水，“奇香”为本地顾客带来了正宗源自巴生的味道。

干肉骨茶的色泽亮丽，带点甜辣香，很惹味。

People's Park Centre, 101 Upper Cross Street Singapore 058357
+65 8692 6213
10:30am - 8pm
KeeHiongBakKutTeh

厨师陈顺义阿义特地从马来西亚被安排到新加坡的奇香分店。

奇香肉骨茶开在牛车水People's Park Centre内，地点便利，干肉骨茶和汤肉骨茶味道旗鼓相当，两者都应该试试！

蒜香油饭
少见撒上炸蒜片的油饭呢！

豆包金珍菇
人气no.1，
一吃就停不下来。

大骨
肥美香嫩，
用手抓着吃很过瘾。

店内除了供应巴生肉骨茶汤，还有一种特色又新颖的“干肉骨茶”，它的煮法看起来简单，尝了之后才知功夫深浅。厨师阿义是马来西亚远道而来的，为了确保新加坡也能吃到道地的巴生肉骨茶，他把猪肉加上肉骨茶汤、鱿鱼、干辣椒、羊角豆和火蒜一起翻滚热炒，香味扑鼻，食欲顿时立刻被挑起。火蒜是阿义特地事前烧烤好的蒜头，爆香后的火蒜特别香，可说是用尽心思。

16种药材熬成的肉骨茶

奇香巴生福建肉骨茶汤汁呈黑褐色，里头放了16种药材，包括了当归、党参、红枣、八角等，真材实料。限量版的“大骨”和“特级龙骨”由于数量不多显珍贵。一条猪排几十公斤，厨师全部推入大锅内熬煮，汤汁绝不另外再煮。

老板亲自来新调配秘方

老板Johnny一两个星期便来新加坡一趟调配秘方。由于中药材每一批的味道都稍有不同，因此Johnny会亲自像神农氏一般尝药，凭舌尖的经验调配出最佳味道。曾有家药材行笑说奇香用如此多当归与党参来煮肉骨茶未免太奢侈了，然而，这就是奇香品质保证的秘诀之一。

奇香坚持以原汁原味烹饪出正宗巴生味，因此也吸引了众多本地工作的马来西亚人。他们表示，马来西亚人喜欢较重口味的肉骨茶，奇香的汤汁较为香浓开胃，甚至还有独特的“干肉骨茶”，再也不用特地为了肉骨茶跑去巴生。

新加坡益群旅行社CEO郭志全与总经理Nancy对奇香肉骨茶赞不绝口。

老字号中峇鲁肉骨茶
拥有众多特色配菜

Judy
老字号中峇鲁肉骨茶老板
“我们的排骨松软，多为瘦肉，怕肥的年轻人爱吃。“

提起老字号，相信中峇鲁老居民都认识，已经拥有二十多年开店历史，是这附近一带的老饕们的最爱。老板Judy是潮州人，以前在同济医院附近卖酿豆腐，而后接手哥哥的肉骨茶店，将肉骨茶生意由年轻做到老。

整套含汤含菜的套餐不过十来元，经济又实惠。

01-31, 58 Seng Poh Road Singapore 160058
+65 6223 3075
6:30am - 9pm（星期一休息）

由于店面靠近巴刹，因此猪脚都是从那里新鲜供应的。

鲍鱼片用肉骨茶汤煮。

熬足六个钟的汤头

店内食客最爱选择的是龙骨或排骨部位的肉骨茶。龙骨较多肥肉，吃起来比较香腻，口感也比较有嚼劲；排骨则比较松软，多为瘦肉，怕肥的年轻人比较爱吃。店内煮汤头也很有讲究，将猪排与猪肉放入汤内，加上中药材熬足六个钟，难怪汤头那么鲜甜。汤内胡椒味并不会太浓，刚刚好地调和了猪骨汤的鲜香，使之入喉爽口又美味。

苦瓜
苦瓜焖得很软，而又不会太苦。

长得像鸭腿的卤猪脚

店内的猪脚同样是一道亮点。由于这间店是向供应商购买整只印尼猪只，因此食客可以指定猪脚的部位。最多人点的猪脚部位是中间带有完整的骨头，乍看之下特别像只鸭腿，外面也鲜少售卖。以小火熬制一两个小时的猪脚的肉质非常软，卤汁香甜，让人啃得停不下口。但是每天量有限，售完就没有了。

老字号肉骨茶
胡椒味不大浓，恰到好处。

卤粉肠
香而不腻，十分入味。

鲍鱼多种煮法迎合顾客

老板对于配菜也很有讲究，例如白米饭是特选本地著名的人月牌泰国香米。她解释道，因为来店里的老食客多，人月牌的米煮出来不会黏黏的，而是一粒粒十分完整的形状，配肉骨茶最适合。另外，店内的鲍鱼也是人月牌鲍鱼，价格按罐头售卖。顾客甚至可以自带鲍鱼罐头，请店家加工。

成记肉骨茶
清澈见底的独特味道

陈景成
成记肉骨茶创办人
“我也说不上来，就是喜欢吃肉骨茶慢慢调配出来的。”

当肉骨茶端上来时，汤汁颜色非常清透，仔细看才能看出接近透明的浅褐色，有别于一般的肉骨茶，可说是新加坡众多肉骨茶中最独特的色泽。

成记肉骨茶的创办人陈景成自20岁便跟着表兄弟学煮肉骨茶，自立门户后，他不断研究并改进秘方，创造了属于自己的独特风味。

陈景成将猪骨配以大蒜、胡椒等药材，熬煮半个多小时，上桌前洒入适量盐与酱清提味，造就了这一碗美味。汤水清澈见底，肉骨茶汤随着喉咙滑下去，味道只此一家，果然是老板的改良版家族配方！

大家最捧场的菜色是口感厚实的猪脚、猪皮。同时，不可错过店内人气极高的潮式蒸乌鱼、香煎白肚鱼，不仅肉质细嫩、而且吃得出海鲜的鲜甜。再配一口肉骨茶汤汁，立即胃口大开，食欲大增。

由于这间店开在邻里环境，隔壁就是湿巴刹，平时来吃的都是街坊邻居，格外富有新加坡本土气息。如国外朋友来新游玩，可以带他们来这里感受一下新加坡人的生活气场。

平日里店肉骨茶均以瓷碗盛上，若是客人有要求，可采用砂锅盛放。

香煎白肚鱼

潮式蒸乌鱼

猪脚&猪皮

Blk 453A, #01-31, Ang Mo Kio Avenue 10, Singapore 561453（从Ang Mo Kio地铁站步行约13分钟）
+65 9336 1192
7:30am-8:30pm

华兴肉骨茶
独家特色亚参鱼

潘宣耀
华兴肉骨茶老板
“猪什、猪尾汤，猪脚是我们店里供不应求的小菜。”

华兴是一家坐落在巴刹环境里的双档口，但是不影响他生意火爆。来到这里非尝不可的菜色，除了经典主角肉骨茶，还有他们人气火红的亚参鱼。

顾客 杨添福&黄翠銮 新加坡人
“我们住在附近，几乎每周至少光顾一次。汤很清甜，猪肝和腰子是必点的小菜。”

老板潘宣耀非常年轻，但是这家档口已经有32年历史了。原先，是由潘宣耀的父亲在1984年设立的，后由儿子接手生意。沿袭着父亲研发的肉骨茶秘方与精神，苦心经营之下，儿子将生意越做越大，目前店里还特地雇了四位帮手。

招牌肉骨茶十分讲究，潘宣耀绝对不用冷冻猪肉，只有新鲜的猪肉才能保证汤汁的鲜美。除了可以啃肉骨，还有猪什、猪尾汤供选择，猪脚也是店里供不应求的配菜之一，一定要尝尝！

淋上一层酸甜酸甜的酱汁的亚参鱼，甜中带点微辣，十分开胃；蒸鱼则是以一整条新鲜红斑鱼放上酸菜、番茄等配菜一起蒸，肉质鲜嫩，包含了原汁原味的鱼肉鲜香。再配上一口浓郁的肉骨茶汤，一口白米饭，不但可以解腻，还可以去除口中的腥味。这些鱼是老板坚持每天去卖鱼档口亲自选购的，让顾客可以享用到最新鲜美味的海鲜。

Blk 347 Jurong East Ave 1, #01-171/172, Singapore 600347
8:30am-2pm（星期一休息）

发传人肉骨茶
家族团结力量大

王瑞瑜
发传人肉骨茶老板
“希望以传统手艺，搭配新潮管理法。“

“发传人肉骨茶”由蔡翠翠开创，已有5年多历史，与丈夫、女儿联手扩展生意，现主要事务交由年轻的女儿王瑞瑜打理，妈妈负责进货渠道，爸爸则负责烹煮汤头。

虽然是传承自老字号的手艺，但是味道却经过独家改良。王瑞瑜说，妈妈喜欢招待顾客，经常询问客人的意见，交流、分享想法，然后回去继续研究汤头，直到研究出顾客最满意的口味。并且，妈妈也负责猪骨的进货，因为妈妈以前曾在父辈的养猪场工作，猪肉的好坏全逃不过她的法眼。店内全部采用来自印尼的新鲜猪骨，因为她坚持使用最好的食材，以表达对顾客最佳的尊重。

而爸爸也没闲着，总是在前一天晚上便用6至8个小时熬煮汤头，以猪大骨和白胡椒入汤慢慢熬，第二天7点则开始煮肉骨，处理前一天熬好的汤头。除了负责汤头，爸爸每天还会去黄埔市场挑选十几条午鱼和红石斑鱼，带回店内售卖潮式蒸鱼，并搭配自调酱油。爸爸透露，午鱼的肉质较软，骨头也少，一般人都会选择午鱼。

特别的是，如果顾客点了猪内脏，他们为了不使汤头的味道产生变化，会将猪内脏分开呈上，可见他们家对汤头的注重。面线等食材也坚持分开放，而这正代表了他们家用心煮好肉骨茶的精神。另外，店内的卤汁也是自己调配。肉碎炒蛋、五香、猪扒等也是以店内原有的猪肉碎动脑研制而成。

现在父母亲年迈，女儿接管店内的生意，希望以传统手艺，搭配新潮管理方式，将品牌重新发扬光大。在桥南路的新分店内，女儿打算增设茶坊空间，茶叶由白新春茶庄供应上等茶叶，给顾客一个喝茶谈天的空间。

发传人肉骨茶

卤猪脚

154 RagoonRoad Singapore 218431
+65 6292 0938
9am-11pm（星期三休息）
LegendaryBKT.com

裕城肉骨茶
每道菜肴都出众出色

蔡汉伟
裕城肉骨茶老板
“店里尽力做到每样菜肴都出色。“

裕城肉骨茶始于80年代，由第一代人蔡森发先生与太太庄美玉女士合力经营，后搬迁至裕廊东小贩中心，2015年落脚现址。子承父业的蔡汉伟原本在银行就职，但不忍心父亲的心血付诸东流，因此脱下西装领带，毅然换上厨师帽走进厨房。

由于儿子之前的职业，因此将不少现代化经营理念带入咖啡店，摒弃了父亲那辈人凡事亲力亲为的习惯。例如店内目前雇佣的九名员工，他会确保一份作业至少两人受训，如此一来即使缺了谁也能换人顶替，不至于造成营运上的困难。为了节省人工，他也在细节上面思考，例如以前由服务员一叠叠摆上桌，现在换成整个托盘呈上的方式，精简了不少服务步骤。

卤猪脚
肉质Q爽，欲罢不能。

裕城肉骨茶

肉骨茶上桌时，可以从雾气中看到白净香嫩的猪骨，那是因为老板坚持选用新鲜猪肉，怕冷冻肉会令味道大打折扣。店内的招牌配菜也是经典的猪脚，肉质Q爽，难怪成为best seller之一。另一道值得尝试的是猪腰肉。店内的猪腰肉精选少油的部位，吃起来有嚼劲而不油腻，符合现代人的健康饮食观念。蔡汉伟强调，店里尽力做到每样菜肴都出众出色，而不是只专注于一两道招牌菜而已。

Blk 349, Jurong East Avenue 1, Coffee Shop #01-1215, Singapore 600349（从Jurong Eas地铁站转搭巴士no.334）
+65 9111 8129
8am-7:15pm（星期二至六）/ 8am-3:30pm（星期日）/ （星期一休息）
Joo Siah Bak Koot Teh
JooSiah.BKT@gmail.com

老亚弟肉骨茶

半个世纪的坚持

沈舜亮
老亚弟肉骨茶老板
“要煮出一碗好喝的肉骨茶，一定得用老蒜。“

老亚弟是一家坚持烹饪传统潮州肉骨茶的本地老字号。实际上，新加坡肉骨茶的口味越来越多样化，能真正坚持传统潮式原味烹饪，提供蒸鱼等菜色的店家少之又少，而老亚弟恰恰是少数的一家。

潮州肉骨茶看似简单的食材，里头烹煮的学问却不简单。老阿弟每煮一锅肉骨茶皆用了半公斤老蒜、两大茶匙的白胡椒，一天的生意甚至可以用上60至80公斤的新鲜印尼猪肉。这里不同于其他肉骨茶商家选用短肉骨，而选用长条型的肋骨，肋骨的肉质较少肥肉，煮出的烫头不油腻，肉的咬劲更好。

店主沈舜亮透露，要煮出一碗好喝的肉骨茶，一定得用老蒜，汤底才会呈透明色，味道也较香。一口咬下沾了酱油的肉骨，肉质口感扎实，汤水更是连加汤两次，喝起来满满都是肉骨熬成的香甜可口。

卤猪脚是这里的招牌菜色之一，入口是绵软的肉加上胶质满满的猪皮。蒸鱼是精选了生猛的黑鱼、午鱼等品种，铺上生姜、番茄、辣椒和酸梅。

老阿弟的地点极优，店前就有停车场很方便。本地一些生意人也喜欢带外地的客户来这里，边吃具有本地风味的肉骨茶，边谈生意。尽管时光荏苒，肉骨茶作为男人谈生意、联络感情的最初目的依然不变。

老亚弟肉骨茶

卤猪脚

34 Whampoa West #01-67 Singapore 330034
+65 9755 5250
7am - 9pm / 7am - 3pm（星期三）
LauAhTeeBakKutTeh

兴兴砂锅肉骨茶

小辣椒DIY入汤

戴亚兴
兴兴砂锅肉骨茶老板
“顾客一般是最爱啃猪骨的软骨部位。“

兴兴肉骨茶的第一代经营者为戴亚兴，他通过自己摸索烹饪法，加上对于肉骨茶的专注与坚持，才得以屹立25年不倒。之前旧址位于Ragoon Road，现在搬到了Owen road继续经营。戴亚兴的儿子戴永祥目前协助父母管理店面生意，他说：“我从小在店里长大，这里宛如我的第二个家”。

兴兴砂锅肉骨茶是新加坡少有的典型福建派。汤里加入了肉桂、当归、八角、丁香等中药材，再用砂锅熬煮45分钟而成。口味较为清淡、少油腻。老板特别注重45分钟，因为他凭经验认为超过45分钟的肉骨茶汤，会失去它的最佳风味。

兴兴最大的特色是顾客可以自行放小辣椒，这么做便于调和众口，大家也更喜爱这种DIY的方式。

老板表示，顾客一般最爱啃猪骨的软骨部位，因为肉质嫩而香，同时脆脆的软骨也给增添别样的口感。店里也有供应来自印尼的乌鱼、白肚鱼，最特别的是店内鲜见售卖鲍鱼，同时也是顾客最爱点的美食之一。

这间老店累积了多年口碑，平日不仅本地食客爱去拜访，也有不少中、日、台等国外游客前来。每天下午2点半便准时收档，去晚了便无缘大饱口福。

黄春有 新加坡永昌泰参茸行有限公司 董事主席
“我们光顾兴兴至少10年了！一个礼拜来三次，自带茶叶，最喜欢一大清早一边喝茶一边等肉骨茶上桌。”

食客可自己倒入小辣椒。

Blk 107 Owen road, Singapore 218914（从Farrer Park步行约12分钟）
+65 6292 4913
7:30am- 2:30pm（星期二休息）

团缘肉骨茶
招牌肉骨茶的辣度可自由选择，十分灵活。

团缘肉骨茶
以团圆为经营理念

说到这个品牌，可能大家并不熟悉，毕竟2015年开业，至今不满一年。但说起年轻老板的爸爸，大家应该很熟悉，那可是11年前招待过香港特首曾荫权的老板，老板魏松濠为香港特首破例延长营业时间，亲自招待来自香港的贵宾30多人。事实证明这个决策是对，融通性更强的魏老板让这间开业仅15年的店因此大火了一把，亚华肉骨茶从此也打响了名号。而“团缘”更在营业不到一年，便荣获三个奖项。

大难不死必有后福

魏松濠老板年轻时经历十分坎坷，10多岁便辍学在同济医院打苦工，25岁时经过了一场重大车祸，右眼撞瞎，脊椎骨断裂，脸颊骨折，半身不遂的几率高达70%，还好他最终挺了过来。俗话说：“大难不死，必有后福”，正是如此他的儿子与女儿也十分争气，于是他决定将他们培养成为接班人。

儿女开店父母协助

魏松濠的儿子与女儿，年轻的掌舵人魏耀伦与魏祖筠兄妹想出来创业，得到了父亲的支持，但是父亲不让魏耀伦沿用“亚华肉骨茶”的招牌，而是要求他自己白手起家，于是他与妹妹决定暂时休学，出来开了这家肉骨茶，并取名“团缘”。

“团缘”象征一家团团圆圆。

团缘香鲍片

团缘肉骨茶

取名“团缘”是因为这家店象征着他们一家人团团圆圆，兄妹与父母亲都在这间店里帮忙。并且，当初选址时考虑过许多地方，却最终回到了父亲以前年轻时待过的店面，兜兜转转一圈回到了起点，他认为这也是一种缘分。加上“缘”字里的“彖”在日语中代表猪肉，而肉骨茶的主要食材不正是猪肉吗?

魏耀伦的父亲给予他的锻炼不少，他从小就跟在父亲身边学做肉骨茶，对肉骨茶店的经营方式并不陌生。他凡事都坚持亲力亲为，从选购食材，到烹煮，一切大小事务都自己动手，绝不偷懒。

店内环境整洁宽敞。

店内宽敞采光足

一走进店里，予人一种整洁宽敞的感觉，墙面选用柔和的原木色调，透出简洁的日本禅式风格，一整面的落地玻璃窗使室内光线充足。说实话，众多肉骨茶店中这家店的采光是最好的。餐厅光线要足，顾客才能欣赏到美食最动人的模样。

独创肉骨茶碗盖保温

团缘的肉骨茶汤经过处理，少见油光，有的只是清澈的汤头，一碗里面全是猪骨和香料的精华。除了肉骨，还可选鱼片肉骨茶，鲜嫩的红石斑鱼片配上开胃的汤头，这可是老板的骄傲。对于不会啃猪骨的小朋友，老板也贴心的推出了猪肉丸汤，让孩子可以一口一个地吃出美味，也让家长少点烦恼。团缘肉骨茶呈上来的方式亦十分独特，白瓷碗上盖子半开的方式，不仅可以起保温作用，而且盖子翻转还可放置骨头残渣。另外，不油腻的现炸油条也是必点美食。

吃饱喝足后，若是想解解腻，不妨试试店内的汤圆甜品，汤圆象征团圆，正好带出了“团缘”的店名。

许多本地艺人、政要、港台艺人都曾是这家店的座上贵宾。老板还代表新加坡肉骨茶去参加纽约的美食活动“Singapore Day”，为当地新加坡籍人士解思乡之情。

另外值得一提的是，在这里点餐除了有实体菜单，还可以用手机下载团缘的点餐APP，你能事前选好菜肴，包括辣味的等级（胡椒），抵达餐厅后用手机扫描桌上的QR code，按发送，厨房即刻收到订单。不到15分钟，美味可口的肉骨茶立刻上桌，简单方便。

新加坡邻里企业之星 Singapore Heartlanc Enterprise Star Award 2016

Teochew Entrepreneur Award 潮人企业家奖 2016 PROMISING AWARD WINNER

TOP AWARDS Asia Top Business Awards 2016

魏松濠
团缘肉骨茶老板
“团缘的肉骨茶汤经过处理，少见油光。”

人气 No.1

卤猪脚

潮州蒸午鱼尾

猪肉丸汤

鱼片肉骨茶

127 Kim Tian Road #01-01 Singapore 160127
+65 6684 0123/9050 0123
8am-3am（星期一休息）
tuanyuan.sg

白新春茶庄的创始人白金讴先生

白新春茶庄

专供茶叶至肉骨茶市场

白新春茶庄的创始人白金讴在1900年诞生于中国福建省安溪县。八岁丧父，后与母亲庄旦娘女士漂洋过海来到南洋讨生活。1925年，他创立白新春茶庄，开始做起卖茶的生意，自己手工烘焙、包装茶叶，沿街叫卖。期间曾经分身协助亲戚家的茶叶生意，并加入茶商公会。后于1936年将生意转交回亲戚家手中，开始专注于白新春，将茶庄一步步发展壮大。

茶庄第四代掌门人白进火是白金讴的孙子。他谈到，最早期的肉骨茶店铺作为男人的社交场所，是工头苦力们交流信息与谈天说地的联络所，功能相当于现在的咖啡店。

早期肉骨茶对茶叶并无讲究

当年南洋的水质并不好，由中国南来的华人们便喜欢将家乡带来的茶叶投入壶中，煮出热腾腾的大壶茶，边谈天边喝茶。茶叶品质不佳，主要是为了去除自来水中异味，对于泡茶工序也并无讲究。

后来，有些肉骨茶店的东家会准备一套茶具泡茶给客人吃，有的东家生意较忙，便养成了顾客自己动手泡茶的习惯。最后慢慢演变成现如今的喝肉骨汤配茶的习惯。

高档茶叶进行重新拼配

当年3毛钱一碗的肉骨茶价格不菲，对于苦力来说更是高档补品。白金讴先生发现了一点，肉骨茶价格高，人们却拿白毛猴等廉价茶叶来配着饮用，但好汤不该配好茶吗？他在这中间看到了商机。于是，他将茶庄里库存的二三类品质较高的茶叶，进行重新的烘培与拼配，调配出了一款全新的口味茶，并以“茶香非笔墨能形容”而命名此茶为“不知香”，推向肉骨茶市场。

“不知香”开始时质疑声不断

但是，“不知香”的价格为廉价茶叶的五、六倍，当时人们习惯将好茶收在家中自己品尝，肉骨茶市场对这款高档茶叶冒出了质疑的声音。有的肉骨茶店老板看在交情的份上，只是象征性地拿货三五包，销量非常低。白金讴先生也欣然接受小订单，因为他深知“不知香”的光芒无法被掩盖。

果不其然，这款口味茶用心的制作，独具特色的味道，逐渐被大众市场所接受，特别是遇上新加坡经济的腾飞，人们荷包开始鼓起来，更加愿意去以好茶配好汤。如今，白新春茶庄的高档茶叶供应了新加坡本地众多肉骨茶店与高档餐饮场所。

茶庄第四代掌门人白进火先生。

商标背后的故事

白新春茶庄这个商标其实也有着一个很有趣的故事。当年白金讴先生开始茶叶买卖的时候，正逢牛年，而他本人也有“牛头哥”的绰号，再加上牛在早期农作业里扮演着一个很重要的角色，于是整个思维都环绕在牛的身上。

那时候，每到春节，家家户户就会挂起一副春牛图。而茶也在春季的时候开始繁茂地生长。所以春天、春牛也被列入他的思考范围内。终于在他深思熟虑后，白新春茶庄诞生了；春牛配上牛童也成为了茶庄的商标。

白新春茶庄的茶叶注重品质，因此声望高的名山名丛也能供应，特别是跟中国的供应商合作多年，早已达成默契。将品质好的茶叶由中国产茶地引进后，在本地堆焙成本地风味的优质乌龙茶。白进火认为，现代饮茶是一种随性而健康的搭配，社会在演变，饮茶也不必遵循过多繁冗的步骤，他希望让茶走入更多人的日常生活当中。

手工包装茶叶中。

吃肉骨茶，应该这样喝茶。

1 不知香

“不知香”目前是吃肉骨茶的首选茶饮，占有肉骨茶八成以上的市场，深受本地茶客们的喜爱。茶汤呈深红色，口味甘香，口感佳，配上较油腻的肉骨茶同饮，非常可口。“不知香”在消脂减肥，降血压与血糖，降胆固醇等有一定的功效。它适合搭配福建肉骨茶、巴生肉骨茶、潮州肉骨茶、干肉骨茶同饮，百搭不腻。

2 超级香极极

店内另一款明星产品是70年代研发的“超级香极极”，那时本地的生活水平有了提高，白新春响应市场趋势，推出了由更高品质茶叶堆焙而成，着重香气的茶饮。这茶的汤色呈浅红色，入口芳香，回甘极强。非常适合搭配潮州肉骨茶同饮。

3 安溪碳焙佛手神

佛手神是在二十世纪末诞生的自然配制茶。此茶特优的铁观音及安溪特选奇种茶为坯，加以堆制而成。佛手神的茶汤金黄、味似熟果、喉底留香。佛手神有抗衰老、抗癌症、防治糖尿病、提神益思和作用。与其匹配的佳肴为潮州肉骨茶、巴生肉骨茶。它也是白新春推出的手信系列茶叶之一，备受游客喜爱。

4 一等铁观音

铁观音茶是介于绿茶和红茶之间的半发酵茶，清香雅韵，冲泡后有天然的兰花香，香气馥郁持久，冲泡后的滋味浓郁甘鲜。一等铁观音选用了上等的茶种进行足火烘焙使其散发出厚实的观音香，可以配着各种煮法的肉骨茶同饮。

5 松发皇之园 The King's Garden Tea

这茶叶是松发与白新春联合开发。是一种混合了乌龙及菊花的特供茶饮，茶如当热饮，口感顺滑并带点甘香甘甜的滋味。如当冷饮，口感清爽，有解热消暑的功效。

36 Mosque Street Singapore 059514
+65 6323 3238
8:30am-6:30pm（星期日与公共假日休息）
www.PekSinChoon.com
ask@peksinchoon.com

人月牌泰国茉莉香米

肉骨茶最佳配角产品

吴皆佳
吴裕兴私人有限公司主席

“泰国香米粒粒分明，口感又糯又有咬劲。“

人月牌是本地著名老品牌，其旗下的泰国香米、鲍鱼与鸡精，也与肉骨茶店形成完美搭配。

何沐恬 摄

墨西哥产鲍鱼

澳大利亚产鲍鱼

鸡精

严选高品质泰国香米

在本地家喻户晓的人月牌泰国茉莉香米，是专供老字号中峇鲁肉骨茶的香米，蒸出来的米饭粒粒分明，口感又糯又带有咬劲，拌着浓郁的肉骨茶汤喝，能够吸收肉骨茶汤的精华。

人月牌是吴裕兴私人有限公司旗下的品牌，吴主席透露，人月牌泰国茉莉香米精选了来自泰国的国产香米，它天生自带一种茉莉香气，并且在泰国东北部耕种而成。那里有肥沃的泥土与丰富的季节性降雨量，有着得天独厚的条件。再加上现代科学研究技术与严格质量监管，才能生产出高品质的泰国香米。他亦认为，若要享用一顿美味肉骨茶，配角白米饭也是关键，切忌不可将泰国香米煮得过烂过黏，饭粒与水的比例必须严格掌控。

连续13年销量第一的人月牌鲍鱼

除了泰国茉莉香米，人月牌更为大众熟知的便是其罐头鲍鱼产品。以前人们只在过年过节时舍得享用，而现在随着经济好转，在本地众多肉骨茶店如老字号中峇鲁肉骨茶里也多有供应。

人月牌的鲍鱼产地分墨西哥、澳大利亚、新西兰等。最昂贵的墨西哥鲍鱼最为肥厚鲜美，售价为S$120；价格最大众化的新西兰鲍鱼为S$30至S$32，而澳大利亚鲍鱼的价格则比新西兰鲍鱼略高，同样主攻大众市场。每年，国外的鲍鱼捕捞都实施配额制度，因此鲍鱼的数量略有下降，但是考虑到本地经济行情，人月牌在短期内并不会考虑涨价。

鸡精加入肉骨茶汤内增鲜

肉骨茶内除了能放高档鲍鱼之外，还能加入人月牌鸡精，这个你是否听说过呢？在老字号中峇鲁肉骨茶，就有这样的做法。将一整罐鸡精倒入热滚滚的肉骨茶汤里，除了能增添鲜味，还能使其汤汁更具营养成份。

泰国茉莉香米

Tips

吴主席教我们如何正确食用人月牌鲍鱼，首先不需要开罐，而是整罐置于锅内隔水炖两小时，放置等待它降温，确保温度安全才开罐。这样炖出来的鲍鱼既保留了鲜美的味觉体验，又能使其口感变嫩变软。

另外，鲍鱼必须横着切片，切出薄薄的鲍鱼片，而鲍鱼罐头里的水由于吸收了鲍鱼的天然盐份，口感带点咸，实际上是可以安全饮用的，但是人们往往将其弃之，十分可惜。

茶骨禅心
诠释新时代肉骨茶

Carrie Chen
茶骨禅心创办人
“其实并没有的好或坏的肉骨茶，只要食客喜欢，它就有存在的价值。”

在乌节路繁忙的闹市中，隐藏着一间隐秘，结合了古典与现代感的茶坊——茶骨禅心。

肉骨茶，顾名思义，以茶配肉骨。我们特地与茶骨禅心的店主Carrie进行一场访谈，试吃两碗不同的肉骨茶，让她敏锐的味蕾“诉说“什么才是她心目中传统肉骨茶的味道。

Carrie（左）是一位很妙的女子，她曾在京都学习数年的茶道，也常四处旅游，喜爱发掘新事物。

加入橘子的肉骨茶增添了果香味。

茶骨禅心里的茶点与设计新颖独特，让人惊喜。

C=Carrie T=Travellution

T：可以形容一下这两碗肉骨茶的分别吗？

C：这碗的外表胜出，汤的色泽光亮，少油，店主应该是下了一番功夫，很用心。排骨切得很平均，汤的味道也不错，有喝到药材味，但是肉骨不够嫩，还有提升空间。那碗很明显汤肯定out了，油都浮在表面，而且它放了冰糖和油葱，破坏了整碗肉骨茶的味道。

T：可是那碗是该区非常受街坊喜欢，人气很高的肉骨茶呢！

C：其实肉骨茶也好，其他菜肴也好，并没有一个固定的好与坏，只要食客喜欢，它就有存在的价值。街坊喜欢它，是因为他们可能从小吃到大，已经习惯这味道了。

T：你觉得怎样的味道才是传统的肉骨茶呢？

C：什么是传统？我们的祖先在哪里？新加坡到了第三和第四代了，每一代每一家都有属于各自的“传统味道”。我觉得“传统”应该是“mother tongue母亲的味蕾”，那是我们小时候在民间品尝到的味道，深深地藏在我们的记忆和味蕾里。

T：你喜欢的肉骨茶是什么味道？

C：那是我童年时候的味道，很朴实，没有花俏的烹饪手法，就像母亲平日烧的菜让人安心。用上简单但新鲜的食材，把食物里最美味的部分带出来。

T：你在这碗肉骨茶加了什么？味道变得很清香，很不肉骨茶了。

C：我放了一整粒橘子，增添它的果香味，让味道更多层次，当你喝汤时，首先会闻到甘香，接着橘子味，然后才是肉骨茶的咸味与胡椒粒的辣味。我还加了黑胡椒，让它综合了原本的白胡椒，体验不同阶段的胡椒味。

T：这“新”的肉骨茶好特别很美味，但是一定会有人说“你这是破坏肉骨茶的味道”，你要怎么回答他们呢？

C：我曾在意大利的一个小镇住了一段日子，每天都到一家当地私房菜的餐厅用餐，我一直以为厨房后头是一位意大利的老奶奶为我烹煮，直到有一天一位孟加拉厨师走出来和我打招呼。

时代已在改变。我们要思考的是，华人煮出来的菜肴才是正宗华人菜吗？世界的胡椒有百多种，如果在肉骨茶加入花椒，它的味道也会不同。人们对吃的要求一直在改变，以前偏咸，吃软的饭，因为过去食材品质不佳的缘故，导致我们必须把米煮得软些才容易入口。现在呢？人们可以选择糙米、香米等等，食物与人都在改变。

家中自制肉骨茶必备清单

> 其实动手很简单，超市里可以买到许多方便的肉骨茶汤料，只要集齐猪排骨、大蒜和汤料，熬煮45-60分钟，一大锅热腾腾的肉骨茶便可以上桌开动了！

看了那么多肉骨茶店的烹饪技术讲解，是不是心痒痒也想自己动手试试？以下推荐几款市场上常见的制作肉骨茶的配角，供大家参考。

1 省时省力的**肉骨茶汤料**

松发潮州肉骨茶香料
S$2.20（30g）

瓦煲标巴生肉骨茶香料
S$3.20（35g）

A1肉骨茶汤料
S$3.60（35g）

余仁生肉骨茶
S$24.80（20g X 12）

人月牌特级肉骨茶香料
（传统/药材）
S$3.15（30g）

Seah's新加坡肉骨茶
S$2.00（32g）

2 软糯香甜的**白米饭**

Gitangkim上等香白米
S$9.40（5kg）

皇族安培娜香米
S$15.80（5kg）

3 使排骨更美味的秘诀**酱油/酱清**

李锦记鲜味生抽
S$2.20（30g）/瓶

虎标优等酱油（老抽）
S$2.20（30g）/包

大华特制酱清
S$2.20（30g）/包

4 优选澳洲进口**猪肉**

“家食宝”（KSP Marketing Pte Ltd）是本地少有从澳洲进口精选猪肉的食品商。KSP与澳洲养猪商合作密切多年，双方达成共识，用心培育，生产安全、卫生、味美的猪肉。如今，顾客可通过KSP网站（www.kspfood.com）订购猪肉或其他食品，非常方便。

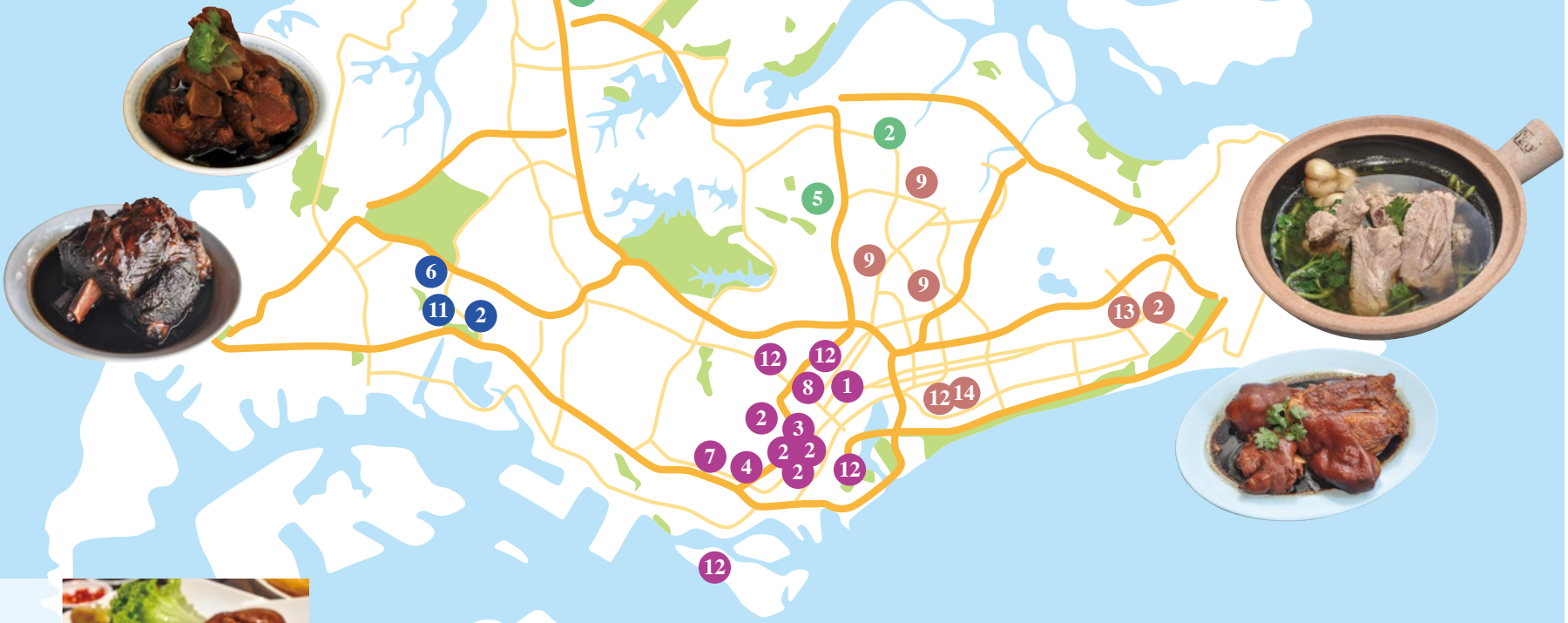
新加坡肉骨茶
全岛分布指南

北部

- 2 松发肉骨茶
- 5 成记肉骨茶
- 10 宏记砂煲肉骨茶

西部

- 2 松发肉骨茶
- 6 华兴肉骨茶
- 11 裕城肉骨茶



中、南部

- 1 发传人肉骨茶
- 2 松发肉骨茶（4间）
- 3 奇香巴生肉骨茶
- 4 老字号中峇鲁肉骨茶
- 7 团缘肉骨茶
- 8 兴兴砂锅肉骨茶
- 12 黄亚细肉骨茶（4间）

东部

- 2 松发肉骨茶
- 9 老街肉骨茶（3间）
- 12 黄亚细肉骨茶
- 13 顺发肉骨茶
- 14 老福源记肉骨茶

随2016年12月号第46期畅游行月刊附送

畅游行
TRAVELLUTION

出版 《畅游行》传媒私人有限公司
制作 《畅游行》传媒私人有限公司
编辑 黄茜梓、吕美姿
设计 陈玉菁
摄影 Paul Chin、Donald Dark、吕美姿、
部分图片由有关单位提供

电子版本免费下载

香港中国旅游
出版社

畅游行传媒
私人有限公司