

營養師精製 日式愛心飯糰

哉絲

美食速遞

「御結」(俗稱飯糰)

是日本傳統的家庭料理，為家庭成員每日力量的泉源。新登陸灣仔港灣道的飯糰專門店「華御結」，以日本食材製作出逾三十款飯糰口味，而且每款均由營養師細心設計，結合均衡飲食的健康概念。

「御結」的意義是將煮好的飯加入喜愛食材，用心地以雙手相握而成，兩手相連如人與人心相連。飯糰內最主要的飯，是經由嚴格挑選，每一季會以不同的氣候、濕度，挑選不同的米種，將飯

糰的味道發揮至最佳。而煮米時亦要控制火候得宜，將飯中的水份控制至最適中，使米飯保持香口彈牙的口感。

店內飯糰口味多達十種之上，包括含有豐富奧米加的三文魚御結、蘊含豐富鐵質的燒鰻魚御結、使用優質明太子製成的明太子御結、牛肉御結，及以長時間炮製的香濃咖喱口味御結等。另有媽媽口味便當及日本湯水，其中豆乳骨膠原雞丸湯，是以雞骨經三小時以上烹調，配合手打雞肉丸，味道可口具豐富骨膠原，而炸雞便當更將雞皮去掉才製造，細心又健康。



■牛肉御結是人氣之選，當中牛肉嫩滑，肉汁滲入飯內，一口混和飯和肉，滋味無窮。

■三文魚御結含有豐富三文魚油，味道鮮美。



■飯糰專門店「華御結」提供十多款由營養師精心設計的健康飯糰。