



荷塘健康食色

林宇中@海京楼台湾粥

营业已有35年历史的“老字号”海京楼台湾粥，是本地历史最悠久的台湾粥餐馆。今年4月从加冷搬迁到环境优美的大巴窰公园后，顾客比以前多20%！连长期住在台湾生活的大马优质创作歌手林宇中，也忍不住对海京楼的粥菜水准竖起大拇指，直赞菜色清淡可口！

新店风景怡人

拥有35年历史的海京楼台湾粥，今年4月从加冷搬迁到大巴窰公园。新餐馆共有两层楼，总面积达7000多平方英尺，与在加冷的餐厅面积不相上下。新餐馆耗资100万元进行装修，巨型落地玻璃是设计重点，让食客可以一面吃粥，一面欣赏公园的美景。

白天，从环绕的大玻璃窗可以看到水景和蓝天，晚上则可以看到附近组屋的夜景。

由于大巴窰靠近组屋区，因此晚餐时间，很多组屋区的居民也会带家人去用餐，



十分热闹。而且新地点的景色十分迷人，适合全家大小用餐后在湖边漫步。

清粥小菜

多年来，海京楼的台湾粥一直是人们吃午餐、晚餐或夜宵的好地方。由于菜色比较清淡不油腻，吸引了许多想吃清粥小菜的食客。食物方面，除了百多款深受欢迎的传统口味仍保留不变，如豆豉鲳鱼、银芽咸鱼、叁 蕪菜、红烧豆腐、蛋黄蒸肉、海京卤肉、菜脯煎蛋、皮蛋豆腐、咸菜大肠、鲜生蛤等之外，也加入一些新的菜肴，让食客换一换口味。

优推荐

招牌地瓜粥

当然，最叫人难忘的还是招牌地瓜粥（番薯粥）。清淡的白粥里，有着甘甜的番薯，使得热腾腾的白粥不配菜也好吃，再配上菜肴，那肯定能多吃两碗！

（甜美好吃又富有营养的地瓜粥以及白饭是任由顾客食用，因此您爱吃几碗就吃几碗，算是海京楼感谢食客多年支持的贴心服务！）



海京卤肉 [\$8/\$10/\$15]

海京楼的招牌卤肉，卤汁馥郁与焖得入味够软的卤肉，获得在桌不少人的赞好！



菜脯煎蛋 [\$5]

海京楼的招牌菜之一！蛋皮香得不得了，里边的菜脯得到蛋香的“滋润”，芳香及咸香浓郁，令人回味无穷！



豆豉鲳鱼 [\$16/\$19/\$22]

炸得酥酥的鲳鱼，再以黑豆豉与青葱翻炒，鱼肉酥中带咸香，非常受欢迎，几乎是每个食客必点的一道菜。



★推荐饮料：火龙鲜果汁

三种水果 - 火龙果+西瓜+芒果合成的新鲜果汁，味道出奇的顺口，清爽润喉，适合年轻人的口味！

字中
最爱

马来风光 [\$6/\$8/\$10]

另一道本地食客爱吃的“家常菜”小菜，叁（sambal）和蕹菜（Kang Kong）似乎就是天生应该被炒在一起，才能让人吃得冒汗，吃得抖擞！

鲜生蛤 [\$6/\$8/\$10]

新鲜生蛤可是国人爱吃的海鲜类之一！虽然卖相血淋淋的，但单看颜色，就可知道食财是否新鲜！你说，是不是鲜美得很开胃呢？



咸菜大肠

一道非常开胃的小菜，集合酸、甜、辣、香四种口感！猪大肠吃起来有嚼劲；新鲜咸菜吃起来则十分脆嫩。



皮蛋豆腐 [\$4/\$6/\$8]

皮蛋豆腐具有鲜美的味道和细腻的口感，皮蛋与豆腐的组合也堪称经典。

字中：无辣不欢！

爱吃辣的字中，平时在台湾和师兄阿杜“同居”时，两位不下厨的大男生就总是叫Pizza外卖来填饱肚子！而偶尔会跑去吃清淡的台湾粥的字中，最爱点的三道小菜就是菜脯煎蛋、蒸臭豆腐和腐乳！因为他说，这三道小菜不仅清淡，而且还很开胃呢！

海京楼台湾粥 Oasis Bay Taiwan Porridge

- 地址: No.303, Toa Payoh Town Park, Toa Payoh Lorong 6, Singapore 319303 (大巴窑巴士总站对面)
- 营业时间: 24小时, 天天营业! (除下午3.00pm至5.00pm休息)
- 电话: 6346 4418