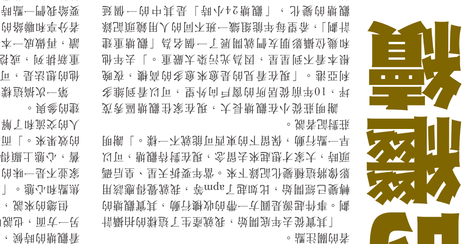
荷里活

文：吳杏婉

聖誕黃金檔 大明星壓陣

■3D特技猛片《阿凡達》。



■《魔幻聖誕頌》占基利聲演守財奴。

荷里活聖誕黃金檔期自本月初推出《魔幻聖誕頌》正式開始，今年北美電影票房至今已超越去年同期7.8%，自去年8月金融海嘯以來，入場觀眾一直高企，就是一個周末有多部影片推出也不會分薄票房，見證了人們借電影來逃避現實的傳統觀點，故此業界預計2009年票房會再創新高。

今年暑假跑出《醉爆伴郎團》、《救參96小時》等多部刀仔鋸大樹的票房黑馬，給荷里活片廠來個重大驚喜，為了保住好成績至年終，各片廠的聖誕檔期排陣趨向審慎，重心放在以大明星擔綱主演的影片，務求穩扎穩打，締造振奮人心的票房新紀錄。聖誕是家庭團聚的節日，今年聖誕日是星期五，正落在開書周末的首天，家庭聚會可能跟戲院搶客，也是片廠以大明星壓陣的原因之一，希望可以吸引一家老幼齊齊上戲院，作為家人團聚的一項活動。

■《Everybody's Fine》羅拔迪尼路與茱兒白莉摩亞分飾父女。

■《福爾摩斯》羅拔唐尼扮演武俠。

■《Invictus》摩根費文扮演曼德拉，麥迪文扮演南非橄欖球隊隊長。

■《It's Complicated》梅麗史翠普與飾演前夫的阿歷保文。

明星掛帥的聖誕陣容包括：

1《魔幻聖誕頌》(A Christmas Carol)：

香港映期11月19日

這部狄更斯著著改編的3D動畫電影大明星占基利、加利奧文等聲演，北美推出後大獲好評，新科技加上導演羅拔謎米基斯的功力，把守財奴聖誕前夕見鬼的故事重新演繹，「未來」鬼魂一段追逐的場面，符合年輕人愛刺激的口味。

2《Everybody's Fine》：

北美映期12月4日

由羅拔迪尼路主演的現代家庭故事，講一個男人在妻子去世後方發覺原來老伴一直是維持家人關係的支柱，他為着重新跟子女建立關係，隻身乘長途巴士上路，橫貫公路到美國東西兩岸，沿途探望每一個子女，卻發覺家家有本難唸的經，並不似亡妻所述各人都是好景。型女茱兒芭莉摩亞、姬蒂碧金莎分飾他的女兒。

3《Invictus》：

北美映期12月11日

奇連伊士活執導，改編自真人真事，講述南非廢除種族隔離由黑人執政後不久，主辦1995年世界杯欖球大賽，當時首任黑人總統曼德拉借着這場比賽，消除黑人和白人間的積怨，把國家帶進一個和諧新局面。當年南非隊爆冷打敗新西蘭奪標，片中摩根費文扮演曼德拉，麥迪文扮演南非隊隊長。奇連伊士活與奧斯卡特別投緣，單憑台前幕後陣容，本片未作試映已被譽為奧斯卡熱門。

4《阿凡達》(Avatar)：

12月17日北美、香港同步開畫

本片造價2億3千萬美元，連同全球宣傳費可高達5億美元，真正的明星是《鐵達尼號》導演占士金馬倫，親手炮製保證令人看得目定口呆的3D特技，一致被認為會大破票房紀錄。影片題材是人類為開採珍貴礦物而攻佔另一星球，主角是澳洲籍新晉演員森禾霍頓，年前金馬倫謂假若本片受落，他會開拍兩部續集。

5《福爾摩斯》(Sherlock Holmes)：

聖誕日北美、香港同步開畫

麥當娜前夫、寇才導演崔里浩的新作，是部武俠福爾摩斯，加入武打元素，將福爾摩斯的敏捷身手與一貫的推理腦筋並列為破案關鍵，玩轉這個人所熟悉的故事人物，令人眼界大開，兩個型男羅拔唐尼及祖迪羅分飾推理大師及拍檔華生醫生。

6《It's Complicated》：

北美聖誕日開畫

梅麗史翠普擔綱主演的現代愛情故事，講她跟前夫和現任男友的複雜關係，片中分飾前夫和男友的兩位喜劇演員阿歷保文和史提夫馬田，剛被奧斯卡指派為明年3月7日頒獎禮大會主持。70和80年代奧斯卡流行由4至5位演員共同主持頒獎儀，自1987年以來一直是一位演獨腳戲，今次再試用兩位司儀務求擦出收視火花，配搭亦有助本片宣傳。

三步煮（Three Steps Cooking）

文、圖：芭芭拉（簡介：傳媒人，做明星食會，愛美食，煮得一手好菜。網誌：http://hk.myblog.yahoo.com/barbara_tse）

鎮江牛仔骨

好開心呀！這個星期晚晚都有人請食飯！為甚麼這麼有食神？因為我是11月生日之星，所以每年一踏入生日月，便會大玩特玩！大吃大喝！雖說是大吃大喝，但我還沒有將減肥大計拋諸腦後，只要吃得聰明，仍能健康地瘦下來。

我現時的體重已進入了平台期，不像早前般快速下磅，但我又不喜歡做運動，唯有聽從中醫的提議，一定要吃早餐，午餐可以吃些自己喜歡的食物，有很多人因為減肥，擔心食胖便基麼都不敢吃，這樣是不對的，假如用這種方法減肥，很容易便會產生抑鬱、情緒低落等現象，即使沒有出現情緒問題，日後回復正常飲食時，便會出現大幅反彈；反而晚餐要小心處理，可吃多些菜和適量的肉，肉類亦應揀選脂肪含量較低，有一點要留意的，便是盡量少吃基至不吃澱粉質，這樣便能輕鬆衛破平台期。

其實我是一名「牛魔王」，因為牛肉的營養非常豐富，肉類所含的血鐵質，比蔬菜中的鐵質更容易被人體吸收，鐵質是兒童智能發展所需的重要元素，而且牛肉的烹調方法非常多變，是一種可塑性極高的食材。

材料：

牛仔骨	1斤
洋葱	1個
芝麻	1湯匙
葱花	1湯匙

調味：

生抽	麻油
糖	鎮江醋
生粉	蒜蓉
茄汁	薑蓉
紹酒	

做法：

1. 洋葱去皮切粗條；牛仔骨放至室温，抹乾切件，加生抽、紹酒、糖、生粉、油及水各少許醃約30分鐘，備用；
2. 將鎮江醋約3湯匙，加入糖、生抽、茄汁、麻油及水各少許，理芡備用；將牛仔骨撲少許生粉，炸至微黃，撈起瀝乾油分，備用；
3. 炒香洋葱，加蒜蓉及薑蓉略炒，將牛仔骨回鑊，加芡汁煮至汁濃，灑上葱花及芝麻，即成。

風水術數・生肖・星座運程

作者簡介

林永杰先生，香港風水師會會長，多年來致力研究八字，主持及講述各類風水節目，曾在香港各大電台、電視台主持節目，現為時事評論員，著有《林永杰教你看風水》一書。

陳盈潔小姐，畢業於香港大學中文系，獲文學士學位，現為一間跨國公司職員，閒時喜歡看書及做運動，亦喜歡研究各類風水學說。

生肖

鼠

事業好 財源滾滾

牛

事業有成 財運亨通

虎

事業有成 財源廣進

兔

事業有成 財源廣進

龍

事業有成 財源廣進

蛇

事業有成 財源廣進

馬

事業有成 財源廣進

羊

事業有成 財源廣進

猴

事業有成 財源廣進

雞

事業有成 財源廣進

狗

事業有成 財源廣進

豬

事業有成 財源廣進

星座

白羊座 3/21-4/19

事業有成 財源廣進

金牛座 4/20-5/20

事業有成 財源廣進

雙子座 5/21-6/21

事業有成 財源廣進

巨蟹座 6/22-7/22

事業有成 財源廣進

獅子座 7/23-8/22

事業有成 財源廣進

處女座 8/23-9/22

事業有成 財源廣進

天秤座 9/23-10/22

事業有成 財源廣進

天蠍座 10/23-11/22

事業有成 財源廣進

射手座 11/23-12/21

事業有成 財源廣進

摩羯座 12/22-1/19

事業有成 財源廣進

水瓶座 1/20-2/18

事業有成 財源廣進

雙魚座 2/19-3/20

事業有成 財源廣進

文術

煩惱根源

前者簡介

林永杰先生，香港風水師會會長，多年來致力研究八字，主持及講述各類風水節目，曾在香港各大電台、電視台主持節目，現為時事評論員，著有《林永杰教你看風水》一書。

陳盈潔小姐，畢業於香港大學中文系，獲文學士學位，現為一間跨國公司職員，閒時喜歡看書及做運動，亦喜歡研究各類風水學說。

三天之後，A組到B家做，家仍未清理，B家沒有發現異樣，而且並沒感染什麼，今次A組又派了幾個男女下屬到B家，施術者沒有發現有任何異樣，B家人暫且安心。

但是在另一半的A家與原先設置的風水擺設卻開始出現異樣！

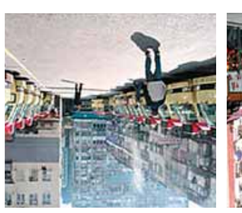
一個月後，B再打電話給A，只是表示家宅清理得很乾淨，還是覺得有點不安，於是B家人決定再次邀請A組前來作第二次清理。

兩年後，A與B依然用得過，B終於表示滿意，A組亦因而感到安慰。

A作一個總結：「煩惱根源：風水佔其中一部份，但不是全部，B家人的煩惱，是因為他們的心態出現問題，而A組的施術者，只是幫助他們找出問題的根源，並且提供解決方法，讓他們自己去解決問題，而不是代他們解決問題，這樣才能夠真正幫助他們。」

封面故事

文：文倫



暑假跑埠 24小時後

■3D特技猛片《阿凡達》。

「跑埠」大熱 機場人滿為患

「跑埠」大熱 機場人滿為患

「跑埠」大熱 機場人滿為患