

初秋洋食

香港人一向鍾情日本食物，當中令人愛不釋手的日菜之一實歸蛋包飯莫屬，不過於中環再設分店的niji Bistro更獨門創出雙重流心奄列飯，為食客帶來驚喜的流心效果，前所未有的滋味。加上，踏入初秋，亦是品嚐秋刀魚的最佳時刻，當造期的秋刀魚肉質肥美飽滿，魚脂香潤，入口香甜俱備，滋味盎然。今期，筆者就帶大家來到兩間同是日料理的餐廳——niji Bistro及千兩，品嚐各式的洋食，為今個初秋洋溢著西方與日本的風味。

文、攝(部分)：吳綺雯



■niji Bistro主廚Manful入行28年，曾於多間酒店及扒房擔任主廚，精通美、意、法、東南亞、瑞士、印度等多國菜式，尤以泰菜最為偏愛，因此擅長善萃多國菜手法先創食譜。近年醉心研究日式西餐，加盟niji成為中環店幕後軍師。

滋味無窮

自家製奄列飯確回味

早前，筆者曾品嚐過niji Bistro中環店獨有的雙重流心奄列飯，發現它有別於一般蛋包飯做法，不單是將蛋煎至半熟流心狀鋪在飯上，主廚Manful更以創新手法，把醬汁層鎖定，夾於流心蛋與飯之間，形成三層。當流心蛋包切開時，大家會先看到半熟蛋汁徐徐溢出，再下一刀是神祕醬汁如火山爆發般一湧而出，蛋漿及醬汁徐徐瀉下在飯面！米飯嚴選優質珍珠米，飯粒夾雜蛋汁的香滑和醬汁的惹味，甜軟口感吸收兩種醬汁的精髓，多層次的味蕾體驗盡在此飯中！

北海道帶子香蒜茄汁奄列飯

半熟流心奄列下，包着一層以獨門秘方處理的爆裂醬汁層，底層則是羌茜、牛油梨以及北海道帶子為配料的炒飯。流心奄列需要準確烹調方可成半熟狀，經一刀切開時，先是溢出蛋汁；再切一刀，辣椒碎及意式茄醬混合成的香蒜汁如火山爆發般一傾而出，甚具視覺效果！



三文魚子珍珠鮑貝菜汁奄列飯

用日本三文魚子以及墨西哥珍珠鮑貝作為炒飯配料；醬汁以菠菜汁與木魚湯混成，保留日式風味。當下刀切開奄列飯時，可見奶黃色流心蛋漿先爆開，再而是碧綠的菠菜汁，底層為橘紅色的三文魚子及肉色鮑貝，顏色及食味同樣滿分。

除了奄列飯，Manful還擅長於各式蛋料理，他特別設計出融合西洋食材，以日式調味及烹調法做成的卷蛋，當中有燒鰻魚及牛油梨三文魚兩款口味選擇。

牛油梨三文魚子木魚汁卷蛋

三文魚子卷蛋所使用的木魚汁比例較少，突出牛油梨以及三文魚子的原味，食味清雅。



同期加映

七層法國巧克力 甜美誘惑
七重究極巧克力滋味—Unforgettable Chocolate忘不了朱古力蛋糕，經過四至五小時製作過程，再以價值2000元以上名貴絕版Nonitake瓷碟送上，分外誘人。巧克力由低層為最純至面層最甜，每層都有其巧克力獨特的甜度，令整件蛋糕甜而不膩。



■在這一件小小的蛋糕包含七種法國巧克力原材料，第一層：採用朱古力脆皮；第二層：滋味巧克力層；第三層：可可糖漿；第四層：巧克力海綿蛋糕；第五層：朱古力慕絲；第六層：玻璃巧克力糖片及第七層：面層是朱古力薄片。

秋之御馳走嗜秋刀魚

一向喜歡品嚐刺身的筆者，當然不能錯過由千兩從築地直送來自北海道的鮮美當造秋刀魚，而且，餐廳為專為各款時令秋刀魚料理佐以頂級清酒，讓食客品嚐到魚鮮與酒醇的完美配搭。「御馳」於日文有豐盛、珍貴的意思，千兩「秋之御馳走」為食客奉上秋天當造食材——秋刀魚的鮮美。每年9至10月是秋刀魚的產卵期，亦即其

當造期，其肉質肥美香甜，魚脂豐厚，入口軟滑而清爽。

千兩為食客帶來源自北海道的優質秋刀魚，該地盛產的秋刀魚肥美香甜，是食家最愛。頂級的秋刀魚魚身修長閃亮，呈黃色的魚嘴加上彎彎的背部曲線，更是油潤肥美的特徵。油分重的秋刀魚，傳統做法為原條鹽燒，魚皮香脆而魚肉鮮嫩，配以



■如何辨認秋刀魚，就是從這個魚頭看出來。

蘿蔔茸及檸檬汁，是一道極具原味的料理。除了鹽燒料理以及刺身、壽司外，千兩更設計了味道新穎的炙燒秋刀魚刺身伴柚子胡椒汁，為食客呈獻新鮮感。

炙燒秋刀魚刺身伴柚子胡椒汁

配搭新穎、味道新鮮的秋刀魚料理。切成薄片的刺身經炙燒帶出香味，配上柚子胡椒汁、炸乾蔥碎、蒜瓣及乾辣椒絲一起品嚐，味道層次豐富，更提升了肉內的鮮味及油香。



秋刀魚刺身

刺身料理，將連著薄皮的刺身輕沾山葵末及醬油，配上薑茸及蔥花，可品嚐到魚肉之鮮美甘香；入口清爽帶油香，肉質細緻嫩滑。



秋刀魚壽司

秋刀魚本身味道已具特色，肥美甘香的魚肉簡單配搭薑茸及蔥花，彰顯極上鮮味；再加上壽司飯的醋點綴，味道豐富外亦完全呈現秋刀魚的真味。



鹽燒秋刀魚

原條鹽燒，是秋刀魚的日本傳統料理。簡單以海鹽塗抹於魚身，不需去除帶甘苦味的內臟，以爐火燒烤至魚皮香脆、魚肉嫩滑的完美狀態；製法簡單，卻考驗師傅工藝，海鹽分量隨魚身大小及魚脂分量而改變，燒烤火候亦要合宜。只需配上蘿蔔茸及檸檬汁，檸檬汁的酸與魚的微甘是絕妙結合，展現秋刀魚原始鮮美及濃厚油脂甘味，風味獨特。



著數Guide 搶購限定迷彩紀念罐及別注單品

去年百事可樂與日系潮牌AAPE BY A BATHING APEE聯乘合作推出一系列猿人迷彩百事紀念罐及單品，成為潮界話題，更掀起全城搶購潮。為讓一眾擁躉帶來新鮮感，今年百事可樂再度與AAPE BY A BATHING APEE合作聯乘企劃，延續搶購潮，推出新版本的百事 X Aape限定迷彩紀念罐，配合一系列別注單品，如摺疊雨傘、電話充電器、Print Tee及隨行凍杯等，所有別注單品設計獨特，並印有紅、白、藍迷彩圖案或包裝，或許會俘虜一眾百事及猿人迷，掀起追捧及收藏熱潮。

而且，由即日起至10月8日，大家把握最後幾天機會，只需於指定推廣期內於OK便利店及7-11便利店購買百事或七喜產品滿港幣\$20或以上(其中需包括至少2罐Pepsi X Aape限定迷彩紀念罐)，即可登上http://pepsi.telford.com.hk登記，參加每日大抽獎，即有機會免費獲贈指定限量百事 X Aape別注單品乙份。



百事 X Aape限定迷彩紀念罐，設計延續迷彩潮流，以百事可樂品牌經典的紅、白、藍三色注入Aape獨有的CAMO迷彩圖案，將Aape的經典潮流元素與百事藍血結合，打破一貫迷彩效果，外形獨特搶眼，而且三色迷彩紀念罐更首次以啞面塗層加工處理，具磨砂感並更顯型格，手感十足。於百事罐上印上Aape的猿人頭像MOONFACE LOGO，同時演繹出百事可樂及Aape之流行元素，更能凸顯兩大品牌不平凡的型格品味。



別注版Tee以Aape Stamp Logo為藍本，套上特意為是次聯乘企劃而設計的紅、白、藍Aape猿頭迷彩圖案，只於銅鑼灣時代廣場AAPE STORE獨家發售。



■隨行凍杯 ■電話充電器

勞斯本身是學油畫專業的，曾任職電視台美術部管理層，亦愛好鑽研玄學風水、形象包裝，由於經常幫助朋友化解疑難雜症，漸漸累積了一定的戰績，如今請他在這同大家分享，大家可透過真實事例，學到一些簡單風水常識。

文：勞斯
yukkongsir@yahoo.com.hk

生肖

文：鏡治

- 鼠**：力不到不為財，凡事能親力親為，縱然辛勞非常但收成也是可觀的。
- 牛**：錯失總是會變成遺憾，感情從來就是一種錯失，遺憾也只是多少的。
- 虎**：天下無難事只怕有心人，既然是有心做事，就立下決心，一定成事的！
- 兔**：世間不如意事情十常八九，做人但求無愧於心，不用介懷太多。
- 龍**：經一事長一智，人總要有經歷才學會成長的，默默耕耘才能成就更多的大事呢！
- 蛇**：留意身邊四周正有小人作祟，凡事若然看開點，世界自然美好些。
- 馬**：成功是需要付出的，世間上沒有免費的午餐，能夠不貪圖利益的人真是少之又少。
- 羊**：坐正紅鸞星動，一切結合婚嫁嫁娶皆得宜，尋覓當中的有緣人正是好良機。
- 猴**：驛馬星動的狼狽猴女今周工作愛情馬不停蹄，切記留意身體過度的勞累呢。
- 雞**：既然大局已定，又何需枉作小人呢？正所謂事不關己，己不勞心，不用介懷。
- 狗**：開心事情接踵而來，只命主太陽星照耀，令到事情無往而不利。
- 豬**：一整天的煩惱及工作重事似是沒完沒了，值得慶幸的是需辛勞但比預期中更順利。

塔羅星座

文：BENNY WONG

- 白羊座**：這周的運程裡出現了節制牌，正好表示了你必须從生活各種各樣的細節裡學習同包容。
- 金牛座**：女皇牌的出現，就像金星降臨在你身上照耀，得財富、人緣異常順利，所以好好把握呢。
- 雙子座**：巨蟹的朋友們恭喜你吧，太陽牌的出現將會照耀你整個星期，日日是好日呢！
- 巨蟹座**：今個星期出現了高塔這張牌，但不要大擔心住，因為這可能都會是一個新的轉變機會呢！
- 獅子座**：皇帝牌的出現令你脾氣大壞，小小事情也能令你大動肝火，苦了身邊人。
- 處女座**：月亮牌的出現令你心情煩躁，心緒不靈，因此這星期會有失眠的狀況出現呢！
- 天秤座**：星星牌的出現，代表了諗頭多多，主意無窮無盡，對於從事設計的人士是一大喜訊。
- 天蝎座**：有事情需要重新計劃過，因為舊嘅唔去新的就不會來，這正是正義牌所帶來的啟示。
- 射手座**：這周認真要留意一下了，因為魔鬼牌的出現會令到你在金錢上略有損失。
- 摩羯座**：看到你像吊人牌一樣懸吊着，便知你感情上出現一些令人不安的事情，但是要樂觀面對。
- 水瓶座**：不知道點解懶惰的你今個星期突然努力進步起來，原來是隻戰車牌搞鬼呢！
- 双鱼座**：魔術師令到你想到要多外出、結識更多的朋友仔，令你的圈子更闊更廣泛。

話說風水

未雨綢繆

久沒聯絡的老友陳陶突來來電約食飯。問對方有何貴幹，他毫不掩飾地說我當然想問他離婚與婚姻。依稀記得，陳陶五年前結婚，婚後不久就聽說其母親過世了，接着父親中風半邊身癱瘓。其實早於結婚之前，他曾找相士擇日並看過過二人時辰八字。相士提醒他，未婚妻命硬，帶孤神寡宿，與他命局中的父母宮有嚴重沖剋。他認為相士危言聳聽，未婚妻在他心中是最完美的可人兒。可惜婚後家裡接踵而來的不幸令他不得不相信相士有關宿命的提示。經歷家庭變更，夫妻倆開始發覺大家性格南轅北轍，難以長相相守，結果選擇了離婚。

陳陶的姨媽一直緊張他的婚事。說星期天前會介紹女子與他相睇。前車之鑑，他臨急想偷師學點面相常識。見面第一句便問：「甚麼樣的女人不能娶？」

俗話說「娶妻求淑女」。首先要留意她是否額頭狹窄髮際低，額頭代表早年運及思考力。相反，過於高廣，便有「女人額高，三嫁不牢」之虞。毛髮粗硬性格強悍，一生勞碌。耳薄愛計較、貪心短視。鼻樑尖削為「劍脊鼻」，城府深且多花招。鼻樑起節凡事諸多挑剔，自尊心特別強。眼帶怨氣淚痕，傷父刑夫。眼神斜視看人，多為兒女關係上會糾纏不清。是為「見人掩面偷斜看，私情密約任偷香。」顧高而橫，性情火爆，半點女性溫柔都沒有……

所謂旺夫益子型，一般要臉頰豐潤，下巴圓潤，耳厚而貼，眉如柳葉，眼睛黑白分明神要足，鼻頭圓而鼻翼豐，顴骨有肉包裹，牙齒整齊，嘴唇紅潤……

第一段婚姻令陳陶心灰意冷，他害怕重蹈覆轍，表示會謹記我的提示。轉頭卻又若有所思問我：「不是有塊三生石？人的姻緣一早就刻於上面。」

你老兄都信這個？這問題最好待有機會遇到神仙時再向他求證吧！

文：勞斯