

# 品嚐創意料理 饕客大快朵頤

最近，香港有不少新酒店開幕，當中的食肆都非常創新，不再是以自助餐或貴價餐作招徠，反而意想不地以時尚健康亞洲鍋物料理為主題。能在酒店內享用鍋物料理，筆者都是第一次，品嚐過後，雖然說鍋物較熱氣，但這個鍋物感覺卻很清新健康。除了鍋物料理外，你又品嚐過價錢較相宜的法國料理嗎？今次就由筆者一次過帶你走進新酒店品嚐健康鍋物料理，以及享受一頓浪漫法式饗宴。

文：吳綺雯 攝：雨文、張國威

## 亞洲鍋物美饌

### 創新鍋底清新美味

這間以時尚健康亞洲鍋物料理為主題的canton pot，是位於香港旺角的普賢居，餐廳以清新健康的亞洲美味鍋物為主題，精心搜羅逾百款火鍋食材，配以各式滋味湯底、醬料及配菜，為大家帶來煥然一新的健康美食新體驗。

今次，餐廳為鍋物料理注入嶄新元素，率先推出多款創新鍋底，當中首推滋陰養顏的花膠燉響螺湯，嚴選一級花膠及新鮮響螺每天精製出清甜滋潤的清湯，以及散發濃郁菌香的松露黑虎掌菌湯及松露百靈菇野菌湯，全是健康之選。

在食材方面，廚師推介A5級宮崎和牛牛肩頸脊、味道濃郁的美國無骨牛腩骨片、美國手切雪花牛、黑豚肉及無菌白豚肉等優質肉品。海鮮方面，除各式魚鮮、海鮮外，更特備世界自然基金會認可的可持續環保海鮮如大西洋帶子，讓你於品嚐美食的同時亦為海洋保育盡一分力。

據知，餐廳還積極搜羅新鮮有機時蔬及來自世界各地的精選食材如日本粟米、有機山水滑豆腐及精選菇類拼盤（九款菇類）等。廚師於創作菜色上也花盡心思，當中的自家手造四合丸，以鮮蝦肉、鮮墨魚、露筍及金華火腿手打而成，口感充滿層次。

而且，餐廳更特設一人前火鍋套餐，每天供應四款最受歡迎的鍋物套餐，如招牌鍋套餐、田園菜鍋套餐、日式壽喜燒及韓式鍋套餐。當然，還有天天新鮮烹製的滋潤湯品、自家製健康飲品及有機香茗，以及巧手設計的中式甜品等，讓你吃得更清怡健康。



■ 韓式牛肉有機南瓜石頭窩飯  
■ 自家手造四合丸



■ 醬料及配料方面絕不馬虎，除了十三款無限量供應的款式外，還有自家炮製的海皇醬、野菌醬及馬來海味醬。



■ 美國手切雪花牛



■ canton pot大廚與田園菜鍋套餐



■ 自家製健康飲品



■ 中西式甜品



■ canton pot室內設計自然簡潔，全店以和暖的木色為主調，再混入不同質感及色調的原木和不規則的幾何圖案，感覺舒適悠閒。



■ 年輕總廚Eric (右)與甜品總廚嘉茵 (左)。  
攝：Peter Leung

## 總廚親自設計

### Tasting Menu 創意無限

一向以來，法國菜都會給人一種昂貴的感覺，但就有浪漫的感覺。那麼，你想到到相宜的法國料理嗎？筆者早前在旺角的100 Bites便品嚐過一頓全新法式Tasting Menu，再配搭精巧甜品，據知只需每位350元已可品嚐一系列法國料理，包括湯、頭盤、前菜、主菜及甜品，每一道如藝術品的佳餚。

據知，這間餐廳日間是專門提供法式甜品糕點及飲料的法式甜品店，晚上則變成一個富時尚品

味的法國餐廳，由年輕總廚Eric烹調出細膩的法式佳餚，配搭精選的法國葡萄酒，奉上一頓窩心回味的法式私房晚宴。而甜品總廚嘉茵則主理令人一見傾心的法式甜品，以正宗的法式手藝帶來創新法式甜品，將法國甜品的精髓重新演繹。

這個法式Tasting Menu由Eric親自主理，曾於Harvey Nichols任職，善於運用不同食材入饌，精湛的法式烹調藝術，配搭出賣精美且味道兼備的佳餚，Tasting Menu更每1至2個月更新一次，讓

100 Bites以黑白色為主調，配以時尚簡潔的裝修，牆身及天花面的設計均帶有濃濃黑色幽默，造型不一的圖案，別出心裁，富有藝術氣息。



你不斷品嚐到Eric的創新菜式，由頭盤到法式甜品，從美食中感受法國人的浪漫悠閒格調，體驗法國人的飲食文化。



■ 黑松露醬嫩蛋沙律



■ 南部法式牛肉內，由澳洲直接進口，選用鮮嫩的牛肉，以紅酒燉8-10小時至鬆軟，入口軟韌無渣，加入少許調味料，牛味濃郁，含豐富骨膠原。



■ 三文魚，嚴選挪威新鮮三文魚，配以牛油、白蘭地及多種香料烹調而成，再淋上香橙忌廉汁。

■ 無花果白酒凍配鵝肝慕絲，以土耳其新鮮無花果加入軟滑的白酒凍，配上特別調製的法式鵝肝慕絲。



■ 里昂羊扒，以麵包糠、香草及芥末一起焗製而成的羊扒，肉汁豐富，質感嫩滑，香草的味道亦能帶出羊扒的鮮味。



■ 低溫三文魚，只選用肥厚三文魚身，以50度低溫烹調10分鐘，鎖緊水分，減少破壞纖維，肉質特別細嫩，魚鮮味得以保存。  
■ 甜品四式，咖啡薄脆、香橙白朱古力慕絲餅、北海道牛乳果凍、開心菓泡芙

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。

yukkongsir@yahoo.com.hk

幾位兒時的同窗，聚精會神聆聽我的分析。三十年不見，很難想像昔日背書畫箱四處書風景的我，今日雖同樣周圍圍去，竟背多了個羅庚……

文：勞斯

## 壽在中和

舊同學沈百的爺爺在印尼雅加達家中病逝，享年九十八歲。據說他年輕時曾經是馳名遐邇的詩人。一生風流韻事充滿傳奇。沈百將爺爺的遺體運回潮州入土為安，返印尼時路經香港，相約幾位老同學出來食飯。

席間沈百問我，爺爺這麼長壽，是否可以在命理中看出。這根本沒有難度。長壽的先決條件是命局要中和。「中和」即是八字中日主與他七個字五行十格經過和合與沖，沒有失衡，日主五行沒有過旺也不會過弱。擁有此種命局者便是好命。雖不一定富貴，但一生身心康泰，必定長壽。古籍《滴天髓》有云：「何知其人壽，性定元神厚；何知其夭，氣濁神枯了。」

沈百說爺爺一生風情萬千，可惜不知道爺爺的時辰八字。沒有人情慾旺盛，必定命格堅實受得起強財。財星不單代表財富，同時也代表女性和肉體。當一個人命中財星匯聚而旺極，不管有否紅鸞咸池，一樣桃花旺盛。命主甚至會享用同樣富以外的物質，包括擁有的健壯的體魄、食祿錦衣、還有多姿多彩的感情生活。

正財旺，一般會與正室有頻繁的性生活；偏財旺，感情豐富，情人眾多。倘若偏財帶旺殺，對每個看上眼的異性都有征服和控制慾。至於揚名立萬，必定食傷星強壯。食神代表文采和表達，傷官主想像力及我行我素。你爺爺一生精彩，老來壽終正寢，又有孝子賢孫護送返鄉入土為安，算是條難得的上等命。因此無論看相算命，首重壽夭吉凶，然後再論富貴貧賤。不然人已病入膏肓，或身陷囹圄，甚至於英年早逝，你說，榮華富貴又有何意義。

席間沈百問我，爺爺這麼長壽，是否可以在命理中看出。這根本沒有難度。長壽的先決條件是命局要中和。「中和」即是八字中日主與他七個字五行十格經過和合與沖，沒有失衡，日主五行沒有過旺也不會過弱。擁有此種命局者便是好命。雖不一定富貴，但一生身心康泰，必定長壽。古籍《滴天髓》有云：「何知其人壽，性定元神厚；何知其夭，氣濁神枯了。」

## 話說風水

## 生肖

文：鏡治

工作上可能會遇見是非，勿一時衝動，要沉得住氣，方為大丈夫！

吃喝玩樂又一天，只會累積更多酒肉之輩，未有裨益，適可而止！

卦象顯示流財兼破財格，慎防大使費、朋輩借貸，以及投資買賣損失！

心緒不寧，不利夫妻，若然要事，還看下周，勿急一時，禍福難知！

本週人緣桃花運極為活躍，單身人士可望脫離孤寡行列，已婚的就要安份守己。

遇上不明、不平事，一定要開口暢言，不然留下的只會是一連問號！

事業有成，得以發展，大利男貴人，好好把握，良機勿失。

開心大快活人生的一星期，縱然有難事也安然渡過，身邊總有貴人在庇佑。

不安的情緒只會令到事情更壞，是非亦會不斷。開事莫理，三思後行！

當知道自己真正需要時，就要立即行動，勿失良機，光陰真的會浪費的！

破軍之象，大利轉變。一切在於變動，是成是敗，取決大膽求變！

大旺合作、朋輩運，本週團體運上升，勿想一人獨成。先難後易，事半功倍。

## 塔羅星座

文：BENNY WONG

今周會壓力比較大一些，可以試試佩戴白水晶的飾物有絕對的幫助。

太陽石的手鏈能令你增加自信心及改善你的人際關係，使你在工作上更有魄力。

要做到盡善盡美其實是很難的，要知道世界哪有完美，所以要記得缺憾美的真意。

如果覺得運氣真的如此不濟的話，可以向上天祈禱，你的守護天使一定會聽及協助解決難題的。

本周有無比的工作量辛勞非常，當然這亦是顯得你發展暢順及能幹的表現。

工作上遇上新挑戰，令你有點吃不消，綠色的月亮石飾物能舒緩情緒壓力，還能令工作順利。

黃水晶能夠帶動你本星期的財富呢，有利做生意的朋友及投資者。

心情大上大落，終於這星期能夠放鬆下來了，得到真正的休息時間。

紫水晶的吊墜有助你本星期的大頭蝦及因健忘而帶來的損失減少。

這週遇着氣管喉嚨有點問題，令到你心情不佳無處發洩，難為了愛侶了！

紅色是你的幸運色彩，這星期能夠多運用的話，各方面的事情也會有所裨益的。

小小苦楚等於一種激勵的，如沒有早前的艱苦，就不能造就今天的你，所以繼續努力！