

# 新派創意輕食料理

## 健康甜蜜

雖然「雙料」情人節剛過去，但二月總是屬於戀人們的月份，浪漫氣氛依然瀰漫四周，在這個月份，不妨走到銅鑼灣新開的博洛尼亞，品嚐新派創意輕食料理的同時，還可以一試創新的甜品，相信令你有一番滋味。同時，你還可以到滿記甜品，品嚐它今個月特製的草莓盛宴，喜歡草莓的你，不容錯過。 文、攝(部分)：吳綺雯

### 日式料理 新派創意

博洛尼亞銅鑼灣店加入全新精選菜單，以新派日式料理為主打建立創意輕食套餐，早前還提供了「博洛尼亞自選甜蜜蜜組合」甜品，讓大家自選心水配搭，於鬆脆牛角酥皮底上放上清新水果、甜蜜雪糕、滋味配料以及廚師推介，層層疊出最貼心甜蜜滋味。

#### 博洛尼亞寶箱

大廚先將招牌81層丹麥麵包掏空，再逐一放入鬆軟粒粒麵包芯，其後啣上手打忌廉及加上如香蕉、奇異果及士多啤梨等時令鮮果，配合雪糕球及朱古力彩針等「寶物」，賣相精緻如寶箱一般，未吃已先讓眼睛享受了。



**雜果忌廉脆脆牛角酥**  
三層鬆脆牛角酥皮以時令生果及手打忌廉作餡料，先以鮮甜士多啤梨作底層，中間再夾上無核提子，最後放上以糖水烹煮而成的蘋果片，旁邊則以雜莓、柚子醬及朱古力醬配合，點綴出色彩繽紛的特色甜品！

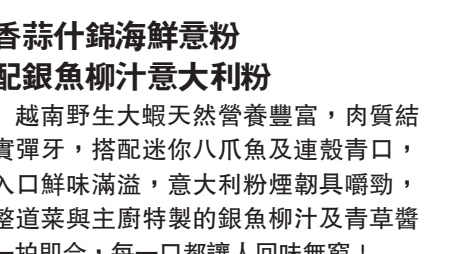
#### 煙三文魚忌廉芝士三文治

三文治的上下夾層麵包採用博洛尼亞招牌81層丹麥方包，質感鬆軟，酥皮充滿啖啖牛油香，夾上軟綿綿忌廉芝士及挪威煙三文魚片，入口即溶，嘴角微微滲出海鮮鹹味，再佐以新鮮生菜，口感清爽，適合熱愛清新口味的你。



#### 香蒜什錦海鮮意粉

越南野生大蝦天然營養豐富，肉質結實彈牙，搭配迷你八爪魚及連殼青口，入口鮮味滿溢，意大利粉煙韌具嚼勁，整道菜與主廚特製的銀魚柳汁及青草醬一拍即合，每一口都讓人回味無窮！



#### 博洛尼亞自家製漢堡

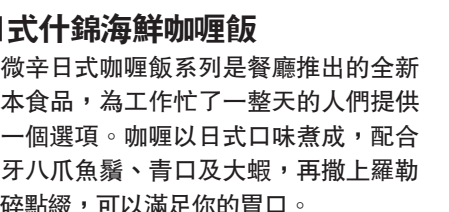
##### 配他他醬漢堡包

自家配方漢堡包均以81層丹麥麵包獨家製法，層層摺疊烤焗而成，其適中厚度及甜甜香味為漢堡帶來嶄新口感。鬆軟的漢堡包夾上肉汁鮮嫩的自家製漢堡肉、半熟煎蛋、番茄片及生菜，最後啣上酸甜他他醬，奠定整個漢堡的滋味，吸引力令人一試難忘。



#### 日式什錦海鮮咖喱飯

微辛日式咖喱飯系列是餐廳推出的全新版本食品，為工作忙了一整天的人們提供多一個選項。咖喱以日式口味煮成，配合彈牙八爪魚、青口及大蝦，再撒上羅勒葉碎點綴，可以滿足你的胃口。



#### 什錦炸雞籃

黑椒味日式炸雞以脂肪均勻的雞腿肉煮成，先點上薄薄炸漿，再放入滾油高溫炸成，表面金黃剔透，反映上閃亮油光，再灑上粒粒惹味黑椒粉，一咬開外皮已感到肉汁蜂擁而出，幸福感滿載！同時配上脆脆洋蔥圈及薯條，給你最全面炸物新感受。



### 草莓盛宴 浪漫滋味

滿記甜品特別於今個月呈獻窩心的Special——草莓拿破崙，為「STRAWBERRY 草莓盛宴」加入新成員，這款甜蜜限定直至2月19日仍於指定滿記甜品發售，以創新配搭為戀人們送上層層 Sweet 滋味，鮮嫩紅潤的士多啤梨令人一吃傾心，勾起幕幕動人回憶。



#### 草莓拿破崙

創新以雪糕取代吉士醬，製造出多種層次的口感。以野莓乳酪雪糕作底層，以薄薄鬆脆可口的酥皮，中間夾以野莓乳酪雪糕，再鋪上一層切粒「莓香」士多啤梨，頂層再放上自家製酥皮，配搭新穎的拿破崙口感香脆、軟滑交替，猶如兩口子幸福滋味延綿不斷，誓要俘虜戀人們的味蕾。

#### 草莓豆腐花

以每日自家磨製的香滑豆腐花作底層，配上新鮮製成的士多啤梨沙冰，滑溜的粉紅沙冰及白滑豆腐花組合，加上士多啤梨粒及野莓乳酪雪糕，讓你滿口清新鮮甜滋味。



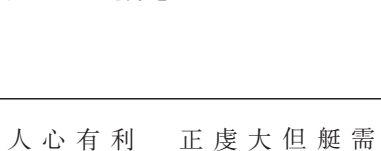
#### 草莓西米露

粉紅色賣相的草莓西米露分外吸引，西米露與士多啤梨沙冰互相融合，綿綿口感滋味無窮，加上切粒士多啤梨及野莓乳酪雪糕，入口散發出陣陣士多啤梨芳香，帶來粉紅醉人浪漫感覺。



#### 草莓糯米糍

以日式和果子為概念，特別以自家製粉紅色糯米皮，加入一層綿綿紅豆蓉，中間隱藏了原粒士多啤梨，驚喜內涵，同時帶有多重滋味，煙韌、鬆軟、香甜感覺與味蕾交纏，一吃難忘。



### 食得健康

## 春意養生食療

立春剛過，意味春天已來臨，今年逸東軒的名廚團隊首度邀請著名中醫師梁寧茵作為養生顧問，承傳中醫「天人相應」的理念，以人體與中國傳統廿四節氣的互動作為基礎，呈獻「春意養生食療」。梁寧茵中醫師表示：「要治未病，防病保健，就要將中醫養生的精髓生活化；我很慶幸與逸東軒的名廚團隊合作，以精美的食材，融合中醫廿四節氣的不同特性，製作一系列適合春天的食療，達到色、香、味及保健俱全。」



逸東軒品牌廚藝顧問 兼逸東軒(灣仔分店) 總廚譚棟師傅

春天為萬物生長的始端，天氣潮濕，人體的新陳代謝亦開始旺盛，飲食宜酸宜甘，富含營養。「春意養生食療」選用食材包括雲耳、鮮鮑魚、四神(山藥、蓮子、茯苓及芡實)、蟲草花、甘蔗、綠茶及薑等，以疏肝健脾，扶陽益氣為養生原則。

梁寧茵中醫師



#### 薑汁桂花糕

幽香撲鼻的桂花，可助人體疏肝解鬱，在乍暖還寒的春日中，薑汁更有暖身驅寒的功效，還能有效增元氣、解抑鬱。



#### 一品鮑魚四神湯

鮮甜清香，選用平肝清熱、滋陰補益的鮑魚仔及有豐富骨膠原的雞腳，配以中國著名的傳統藥膳——四神湯，有健脾祛濕、益氣補腎、滋陰安神的作用，是調五臟之春季養生湯。



#### 富貴石榴球

柔軟蛋皮包裹瑤柱碎及肉碎而成，一口咬下，內裡的鮮甜肉汁及鹹香慢慢溢出，滋味無窮，可解春暈。



### 話說風水

#### 迪拜印象(中)

迪拜城是一座名副其實用金錢堆砌出來的城市。面積比香港大四倍，人口却只有四百四十萬。以前是寸草不生的沙漠地帶。一九六六年發現石油後，開採權，從此便展開「沙漠變綠洲」的開發行動。短短幾年，「愚公移山」這一勵志式神話竟在這個中東小國變成現實。

### 塔羅星座

文：BENNY WONG

**白羊座** 各方面也得到很好的平衡，若果再在平穩中加多些努力，那就更加完美了。

**金牛座** 女皇牌顯示了財富的豐收，早前進行中的難題，一一給你的毅力所征服。

**双子座** 若果真的遇上難事，千萬不要收藏心裡，一定要坦白說出來，是有人願意助你渡過難關的。

**巨蟹座** 開始思考近來的方向，問題是在於自己心中所好，千萬不要錯悔當初，時光是不留人的。

**狮子座** 大膽、任性、頑皮是今個星期的性格，不要看小自己的破壞力量，星星之火可燎原。

**处女座** 抽到力量牌，是提示你今個星期要量力而為，以靜制動，不宜主動出擊，宜留守待發。

**天秤座** 今周魔鬼牌纏身，小心合約條文，勿亂簽文件，以免債壓大增。及誤交損友呢！

**天蝎座** 病向淺中醫，縱使係鐵人也需要休息的，要保持良好的身心才能繼續發光發熱的。

**射手座** 鬥氣、鬥氣、鬥氣是今星期經常發生的，雖然無傷大雅，但也令其身心勞累的。

**摩羯座** 有強烈的旅遊運，不妨多出外旅行走走，吸收大自然的空氣，對運程還有幫助添！

**水瓶座** 工作壓力頗大，工作量還不斷增加，令你有點吃不消，上司也同時對你施壓，令你進退兩難。

**双鱼座** 你說什麼話，愛侶也一一認同，甚至盲目追隨，愛情是盲目，沒有理由的。

### 藏傳卦一 生肖

文：鑽治

**鼠** 這周得到財神爺眷顧，財運亨通，投資生意皆無往而不利，吉星貴人照耀，吉祥之象。

**牛** 煩惱多事之秋之象，奔波勞碌，吃力不討好及心情煩躁，切記以靜制動，勿衝動！

**虎** 新人事、新作風，萬事皆在變動當中，勿意氣用事，凡事應以合作行先！

**兔** 樣樣事皆胸有成竹，大旺事業財富，如有計劃者，不妨大膽出擊！

**龍** 人緣桃花強勁，單身的朋友不妨留意身邊的機會來臨，勿失良機，大有機會找段好姻緣呢！

**蛇** 運勢轉慢，不宜急進，應以長遠目標為主，勿因一時之氣，而後悔莫及！

**馬** 多計劃、多思考之象，從事創作策劃人士大旺。其他則平平。

**羊** 大吃大喝之卦，沒有煩事，各運程得以發展。唯一留意伴侶的訴求，勿忽略另一伴侶！

**猴** 財富之象，宜小投資及買賣，皆可望有不俗的斬獲，可以好好把握良機。

**雞** 這周特別要注意身體上的健康問題，要多休息、多調理身子，皆因你並不是鐵人，多加注意手腳問題。

**狗** 日捱夜捱，終於捱出個病來，這星期還是多作休息吧，要學習固本培元呢！

**豬** 大旺女貴人，不妨考慮與女性朋友合作等事宜，或多親近女性貴人，可會有不錯的效果呢！