龍蝦佳餚 意式風味

早前在聖誕佳節時，不少朋友詢問有什麼地方既坐得舒適，又可以品嚐美食，當中最重要當然是價格合理，於是筆者就介紹了兩間專吃龍蝦的食肆予友人。踏入新一年，如大家愛吃龍蝦的話，以下的龍蝦自助餐是不能錯過的，你可以安坐位子裡任叫，相信能令你與良朋知己有食大餐的氣氛。

文、攝（部分）：吳綺雯

位於灣仔皇后大道東的Opera House Italian Restaurant & Bistrot，是一家樓高兩層的雙概念意大利餐廳，新推出了以龍蝦為主題的「冬日龍蝦 Saturday Brunch Buffet」。除了多款餐廳的巧手意菜外，亦精心設計出一系列約十三款的波士頓龍蝦菜式，讓大家在悠閒的星期六也能細嚐充滿意大利風情的龍蝦佳餚，打破龍蝦宴通常於晚餐享用的定律。現在，食客連在周六早午時段，也能盡情享受到龍蝦饕餮盛宴。

■龍蝦生薄片伴檸檬特純橄欖油、生龍蝦他他配野生露筍伴紅椒汁。

■龍蝦忌廉湯

任食龍蝦3小時半

龍蝦buffet頭盤菜式有龍蝦生薄片伴檸檬特純橄欖油、生龍蝦他他配野生露筍伴紅椒汁。這兩道菜式利用新鮮波士頓生龍蝦刺身，清新可口，巧妙地為龍蝦盛宴揭開序幕。另外頭盤菜式有較輕盈的牛油果龍蝦沙律配粟米沙沙，亦是食客必食之選。此外，還有以慢火細煨的龍蝦忌廉湯，濃郁的龍蝦鮮味再加入忌廉，香滑暖心。頭盤亦有大量來自意大利的多款芝士及火腿拼盤，尤其是Buratta cheese拼新鮮意大利入口番茄和哈密瓜，富有濃厚的意式風味。

接下來就當然是極受注目的半邊凍食龍蝦， 是筆者最愛，肉質爽口彈牙、味道濃郁，餐廳會先送上一份半邊凍食龍蝦給每位客人，隨後大家可以無限量點叫方式繼續慢慢享用。主菜方面，除了每個星期有兩至三款肉類選擇，例如燒牛、羊髀、烤海鮮和雞卷外，亦特別為龍蝦盛宴增添三款即叫即整的龍蝦主菜，包括四味焗龍蝦，有芝士，南瓜，羅勒和番茄醬汁， 四款不同新鮮自家調製醬汁配上烤焗方式，令龍蝦的肉汁得以保存，你能夠品嚐出龍蝦四種不同層次的鮮味。菠菜龍蝦班尼迪克蛋，鮮甜的龍蝦肉配上蛋味十足的荷蘭醬和流心蛋，完全是口感和味覺的大滿足。迷你龍蝦漢堡配黑松露菌醬，香煎波士頓龍蝦和意大利入口的黑松露醬再配搭自家製麵包，讓食客能「一啖」就可以完全享受到這奢華極致的味覺體驗 。

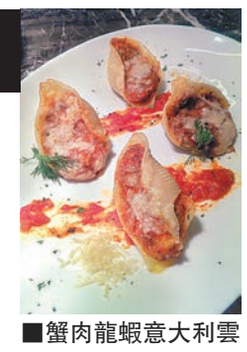
■半邊凍食龍蝦

■四味焗龍蝦

龍蝦甜品味道特別

除此之外，Saturday Brunch還有蟹肉龍蝦意大利雲吞，自家製意大利雲吞，餡料由蟹肉和波士頓龍蝦肉混合而成，醬汁則用自家製由意大利入口番茄製成的番茄醬。香草龍蝦意粉， al dente意粉和龍蝦，賣相和功夫絕不失龍蝦的尊貴。龍蝦意大利飯配薄荷汁，用白酒、白蘭地將龍蝦肉爆香，配上利用carnaroli意大利米做的risotto保證口感一流，面層最後再加上自家製薄荷汁，味道更完美。

最後，當然是甜品，除了多款充滿意大利風味的甜品，如Tiramisu、焦糖燉蛋和一直大獲好評自家製開心果雪糕外，還有一款特別為今次龍蝦盛宴製作出的龍蝦Panna Cotta，一粒粒龍蝦肉配上質感細滑、奶香味重的奶凍， 連甜品也有龍蝦，簡直是獨一無二。至於價格非常吸引，成人只要HK$468，小童8歲以下則HK$168，已可以由中午12時品嚐至下午3時30分，足足可以品嚐3小時半。



■蟹肉龍蝦意大利雲吞

■香草龍蝦意粉

■龍蝦Panna Cotta

酒店任食龍蝦生蠔

同期加映：

至於位於沙田的帝都酒店2+2 cafe，於今年第一季以任食龍蝦生蠔自助餐為晚餐主題，龍蝦及生蠔等矜貴食材無限量供應，讓你盡情享受兩款重量級海鮮美食。任食龍蝦及生蠔是整個自助晚餐的驚喜亮點所在。冰鎮波士頓龍蝦口感甘甜，肉質鮮嫩彈牙，配上自選的醬汁，更能突出龍蝦的鮮甜味，口感亦更多變化。而生蠔外形肥美，味道鮮甜，蠔味濃郁。兩款海鮮均源源不絕的為你供應，使味蕾樂而忘返，停留在最鮮味一刻。

■無限供應龍蝦

日式爐端燒亦是自助晚餐另一推介，主廚揉合日式烹調方法，於爐端燒專用烤爐上即席炮製多款惹味燒物，當中包括、扇貝、鯖魚、西冷串及雞腿肉大蔥串等。除此之外，更有多款調味料以供選擇，包括日本七味辣椒粉、鰻魚汁、照燒汁及日本味鹽等，使口感具層次，更能讓你細味和風燒烤的滋味。甜品方面，餐廳匯聚多款日式糕點，北海道紅豆抹茶蛋糕及日式竹炭紅豆卷更是推介之作，讓你回味無窮。

■新鮮生蠔

■蒜白黃金蝦

■海龍皇湯

食得健康

文：雨文

花旗參飲品助提神

時尚花旗參飲品GinZeng（純參）早前正式登陸香港，它是香港首創真的含有頂級美國花旗參片的飲品，它從味道到用料，到包裝設計都是以高質素，簡便和時尚為依歸，堅守着「Keep it Good, Keep it Real, Keep it Stylish」的理念，務求把花旗參這個古老傳統的補健恩物以全新的形象帶給年輕的一群。品牌有三種味道可供選擇，原味、枸杞味及玫瑰味，適合不同人的口味，你還可以使用這飲品製作不同的Mocktail飲品。當中的如原味的，含高質素的花旗參，加入滋潤的冰糖及純淨的水，是一款天然的生命煥發劑，助你改善健康，提神醒腦。毋須使用咖啡因，即可增強你的專注力，令頭腦更加敏銳，記憶更佳，身體更有活力。

南非國寶茶抗衰老

高山南非國寶茶深明沒有長生不老的法術，但相信你所進食的食物更會直接影響你的身體，使你由內到外反映出各種健康的跡象。因此，高山南非國寶茶想與你分享一些抗衰老的小貼士，助你保持心境及身體青春健康。蔬果含有高抗氧化成分，有效阻止不穩定的物質破壞健康的細胞，因此我們應從每一餐多攝取高纖低脂的蔬果，而當中含高抗氧化成分的維他命素C更能令你的皮膚保持健康年輕，而南非國寶茶內含的抗氧化成份，能有效對抗使身體加速老化的自由基，從而達到抗衰老的功效。

好蓮沱茶抗「三高」

中國昆明醫學院內科心臟血管組指出，使用雲南沱茶對血脂影像的功能觀察，其功效與公認的西方藥物相似。妙健密碼茶療系列中的好蓮沱茶主要採用終年有霧多岩石的普洱及黑烏龍，輔以杜仲、銀杏等近10種純天然草本原料，精心配製而成。口感醇厚，芳香濃鬱。內含的茶多酚也是自然界中強而有力的抗氧化劑之一，主治便秘，保護腸胃，同時也被稱為人體血管的清道夫，適合防止現代人因攝取脂肪性飲食過度，因膽固醇而帶來的苦惱，抵抗「三高」。

着數Guide

文：雨文

迪士尼「食買玩」優惠

香港迪士尼樂園以全新的「食買玩」優惠，由即日起至2月8日，香港居民只需以HK$549，即可選購「食買玩」優惠，於指定期間暢遊樂園兩次，以及享用樂園餐飲及購物優惠，與摯愛親朋共享多重喜悅。

查詢：www.hongkongdisneyland.com

話說風水

自大

記得有位長者說過：「要成為真正有智慧的人，凡事三思而後行，不要逢人就表態，輕易顯山露水。」

間接朋友方生，做人自負又自大，一舉手一投足都想引起親朋戚友關注。他經常自誇社交人脈廣，上至政府官員，下至殯儀館的喃嘸佬，行行有朋友；天文地理，樣樣皆精，更喜歡以全能智者自居。

朋友問我，像這種喜歡樣樣認「叻」的人，命相方面有沒有顯示？在相學上，天生有個鼻樑起節的羅馬鼻，額如懸崖顴骨顯，臉小鼻大眼球凸，嘴唇薄或伏舟口等都較為自視過高以至自我膨脹。八字方面，「身強」以食神傷官為喜用的人均有此特徵。食神與傷官在命理上代表洩秀、表露、傲氣，於是自我陶醉，在別人面前抬高自己便成為本能習慣。

方生是一間老牌傳銷公司的高級經理，十幾年前當這行業興旺時，他憑藉三寸不爛之舌為公司帶來可觀的營業額。水漲船高，他也因此日進斗金，買樓又買車。曾幾何時滄海桑田，當傳銷行業萎縮式微時，他乾脆轉行以炒股為生，不料2008年一場金融風暴令他跌落深淵。雖然他風光不再，人前人後依舊口不擇言，永不言敗。那次在朋友家中相遇，朋友說不忍睹方生如此境況，想我做件好事幫其看家居，嘗試於風水方面加以改善，見有時間也就應承了他。

方生住在一座單幢式高廈的頂樓，有如鶴立雞群。容易令人有孤獨感及影響人際關係。打開單位門，一道強光夾帶勁風迎面撲來，原來陽光與陣風是從直對的大窗口而來，無形成了「穿堂煞」氣。這是漏財之象。於是我建議他於玄關處設置屏風，阻隔門窗對沖。方生喟然長嘆，自08年入伙後，錢財方面便出問題。他說早就明白門窗不能對沖的道理，奈何惰於理會，不然早就發達……

嗱，自大狂又發作了。

文：勞斯

■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，如今請他在此同大家分享，大家可透過眞實事例，學到一些簡單風水常識。

yukkongsir@yahoo.com.hk

藏傳骰卦—生肖

文：鎮治

鼠 人緣桃花運旺極，亦有利工作上發展，大利從事人際網絡工作者。

牛 工作勞碌不斷，亦有貴人扶持，雖然辛勞些少，但宏觀這市況就絕對是一件好事。

虎 夫妻感情本和順，但小心為一些是非瑣事而口角，多體諒學包容。

兔 本星期心緒不靈，易胡思亂想，疑心生暗鬼，建議多與友人分享。

龍 很多機會在眼前，能否把握在你手，看似易事也非易，吃虧在眼淺！

蛇 前面困難重重，前方未明，大膽行事卻適得其反，還是三思而後行！

馬 有時要求會令人進步，但稍一過量，又會令人卻步，你想平穩的過，首先學習知足常樂。

羊 平平穩穩又一星期，工作感情都得到改善，對比早前的煩惱亦一掃而空。

猴 歡迎喜慶之卦象，未婚的可望共諧連理，單身人士皆有機會遇上心儀對象，可喜可賀！

雞 有粒財星暗中照耀星期末，大事可望後來居上，勿心急而因小失大。

狗 有粒太陽星高掛，照明一切事，人緣、桃花、財富隨手可得，小心招人妒忌。

豬 事情得以順利發展，四周貴人同時湧現，可好把握，實踐一方呼應，四方來助之理！

塔羅星座

文：BENNY WONG

白羊座 21/3-19/4 抽到吊人牌的你們，這星期心裡總不是味兒，恐怕將要有不如意事發生。

金牛座 20/4-20/5 財運高掛因為抽到了代表財富的女皇牌，還要是女貴人來的呢！

雙子座 21/5-21/6 這星期會遇上好久不見的老朋友一齊聚首，因為魔術師牌的出現會為你帶來強勁的人緣運。

巨蟹座 22/6-22/7 這星期會為工作上的事宜而忙上一整天，戰車牌的出現並不簡單呢！

獅子座 23/7-22/8 這周有點奔波勞碌的感覺，出現了命運之輪牌，令你們事事未滿意、未滿足的情緒。

處女座 23/8-22/9 力量牌的出現往往是要說給你知努力是必須的，但同時都要有耐性呢。

天秤座 23/9-22/10 這星期將有機會遇上生命中的貴人，他絕對能帶給你重大的轉捩點。

天蠍座 23/10-21/11 留意工作上的人事變動，小人往往在這時候令到你措手不及，因為魔鬼牌的出現。

人馬座 22/11-21/12 喜歡刺激的你們，這星期絕對合適你們了，因為塔牌的出現來得真激烈。

山羊座 22/12-20/1 愛情路上滿希望，節制牌的出現更加令到你們守望相助、更愛惜對方。

水瓶座 21/1-19/2 做任何事情滿有希望是對的，但都要有好好的行動力，不要像星星牌般只想而不做呢。

雙魚座 20/2-20/3 很開心這星期出現了太陽這張牌，因為它會帶給你們無限的溫暖和希望。