

# 美食博覽新食品 話你知

今個星期四，就是一年一度的美食博覽，一向以來都吸引大量市民入內購物，去年人流更超過40萬人次。早前，美食博覽就提早於會展舉行了預覽日，筆者發現除了每年一度的一元優惠吸客方法外，今年繼續特設尊貴美食區、國際茶展及家電·家品·博覽，令美食之都的香港發掘更多食材。而且，今年的參展商更推出不少新產品、新口味，並於展覽時優惠發售，加上多了不少香港品牌參展，當然還不少得其他地方如台灣、馬來西亞、日本等新產品來港參展。筆者選取家庭食品，如餅食、麵食、飲料等率先為大家展示一下，使大家可在參觀美食博覽前先行準備。

文、攝：吳綺雯



大號冰皮玲瓏九星月餅  
榮華限定梳乎蛋豆沙栗子老婆餅

**餅食類**  
筆者在今屆預覽會看到不少新登場美食，在餅食類方面，尤其是月餅，今年在冰皮上，內餡加添了新口味，如榴槤芝士、肉桂蘋果、軟心奶黃等。

美心 Stars War 流心朱古力月餅及奶黃月餅

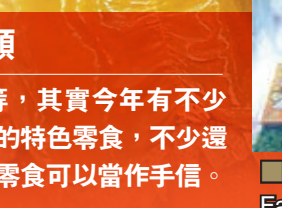


醉榴香馬拉榴槤冰皮月餅  
奇華精選迷你月餅禮盒，內有余仁生陳皮豆沙月餅

**零食類**  
別以為零食只有薯片等，其實今年有不少外國的參展商帶來了他們的特色零食，不少還是健康的「零食」，這些零食可以當作手信。

恒興行引入來自台灣的阿里山種冷雪耳，以及一系列台灣食品，如含奇亞籽的海纖酥等。

Greenday 健康零食



果仁品牌 Toms Farm x 梳乎蛋贈品裝，內有多款口味連限量版匙羹。  
煤氣公司引入的 Hello Kitty Green Living 有機食品

**麵食類**  
今年麵食如往年一樣，購買一定數量的麵食，送購物車、旅行袋外，還好像多了以醬油配以即食麵類，以及新口味如出一丁全新九州濃湯豬骨湯味棒子麵等。

壽桃全新「撈米線」，共有兩款口味，以及港式撈車仔麵，符合香港大眾化口味。

日清新產品

新加坡青咖喱米粉

**即食類**

由於香港人生活忙碌，今年發現不少即食的食品，就連鮑魚都有推出即食系列，另外亦有不少容易烹煮的食物。



超力原裝韓國進口的熊井珍珠水餃系列



安記紅燒QQ鮑魚



官燕棧紐西蘭野生黑邊鮑魚及一口鮑魚粒

**湯飲類**  
除了食品外，其實近年香港人注重多了飲料的成份，健康飲料應運而生。

源田健康飲品



源田健康飲品

**家電類**  
今年的家電·家品·博覽裡，香港品牌特別多，如Konstar、德國寶等，而且還加添了環保元素，令大家在煮食時既方便，又環保。

Konstar 手動環保廚具

德國寶自然養生機



Konstar 手動環保廚具

德國寶自然養生機

**多煮意**  
小松本太太 Coco  
娘家香港，夫家東京，近年隨夫北漂，旅居上海，懂吃會煮，遊走工作於三地之間，擁有野菜品嚐師 Vegetable Sommelier 及喇酒師 Sake Sommelier 這兩項在日本美食界備受推崇的認證資格。

## 蓮蓉皮蛋酥

曾經出國留學的朋友都肯定會認同，當地唐人街的餐館、茶餐廳就是大家想念中國菜或港式食物時的胃肚之地，那些年，我也曾冒著嚴寒的天氣，坐公共巴士，從溫哥華西區到煤氣城 GasTown 旁邊的中華街，為的就是菠蘿包、蛋撻及皮蛋酥這幾款心心念念的港式餅食，時至今日，蛋撻及菠蘿包在中國、美加的一線大城市已經是遍地開花，唯獨皮蛋酥的蹤影較為稀疏，旅居上海期間為了杜絕這心裡的饞蟲，我終於把皮蛋酥做了出來！撇開一筆，選購做皮蛋酥的材料時，就似上了一節內地、香港文化差異課，低筋麵粉叫作蛋糕粉，中式點心粉就是中筋麵粉，高筋麵粉被稱為麵包粉或餃子粉，趁機在此整理出香港及內地這幾種麵粉的叫法，方便各位讀者走遍大江南北都可以自己動手豐衣足食！

- 材料 (10件)：
- 油皮：低筋麵粉92克、高筋麵粉12克、豬油18克、糖13克、水70克
- 油酥：低筋麵粉93克、豬油80克
- 餡料：白蓮蓉250克、皮蛋2隻、子薑20片
- 上皮料：蛋1隻、蛋黃1隻、黑芝麻適量
- 製法：
1. 油皮材料放大碗內混合均勻至碗內乾淨，揉成光滑麵團，包上保鮮膜，放冰箱內靜置約30分鐘；
  2. 油酥材料放大碗內混合均勻至碗內乾淨，揉成光滑麵團，包上保鮮膜，放冰箱內靜置約30分鐘；
  3. 白蓮蓉均分作10小分；
  4. 將一隻皮蛋切成5小分；
  5. 取2片子薑包裹1小分皮蛋；
  6. 取1小分蓮蓉將子薑及皮蛋包裹成內餡；
  7. 油皮麵團與油酥麵團各自均分成10小分；
  8. 取一塊油皮擀圓，把油酥置於油皮中央，包好，收口；
  9. 將包妥的油酥皮擀成橢圓形，從上而下捲起之後轉90度，再擀成橢圓形，又再從上而下捲起之後靜置鬆弛15分鐘；
  10. 取鬆弛好的油酥皮，拇指從中央封口上，兩邊對疊，用擀麵杖輕輕壓薄；
  11. 將內餡放在油酥皮上，收緊口，收口朝下放烤盤上；
  12. 將上皮料均勻掃在皮蛋酥上；
  13. 灑上黑芝麻；
  14. 放入已預熱至180度的烤箱，烤25分鐘即成。



## 消閒 Guide

文：雨文

### 到商場齊捉精靈

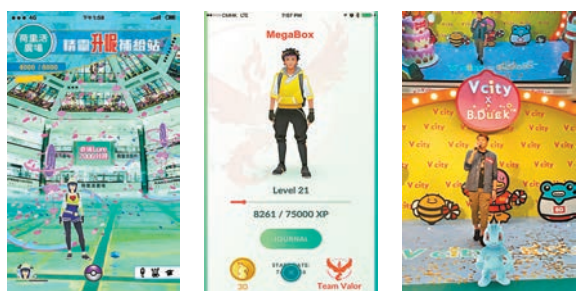
Pokémon GO 熱潮席捲香港，不少商場都以此為推廣目標，於商場發放 Lure Module，吸引小精靈。例如，Mira Mall 美麗華商場由即日起至8月10日定時使用 Lure Module (小精靈誘餌)，讓場內櫻花處處，吸引小精靈現身，讓訓練員不用日曬雨淋，亦可繼續 Gotcha。而 apm 由中午12時到午夜12時全天候佈滿誘餌模組，隨時讓玩家到商場捉精靈。

鑽石山荷里活廣場由即日起至31日期間舉行「精靈『升呢』補給站」，天天發放 Lure Module，更召集各路新手及資深訓練員鎖定4個周六的「Lure Module 撒花聚會」。同時，MegaBox 亦舉辦《Pokémon GO》訓練員獎勵計劃，訓練員於遊戲內達到指定等級，即可獲得麥當勞現金券，等級愈高所獲獎勵愈多。

另外，於 VCity 裡，各位精靈訓練員只需戴上小精靈和 B. Duck 雙雙出現的實景合照，並將附有「#Vcityhk」、「#VcityPokemon」及「#VcityBduck」

hashtag 的相片上載至不同社交媒體，即可免費換取飲品或食品乙份，幫訓練員補充能量兼打打氣。

今天，如大家到新城市廣場、YOHO MALL 形點、MOKO 新世紀廣場、荃灣廣場、新都會廣場及新達廣場，場內共有12個 PokeStop 補給位置將於每日中午12時至下午2時30分及下午6時至9時為訓練員送上近6小時 Lure Module。



## 話說風水

**五行辯證**  
人生種種際遇既有前因，就必然有後果。命運的交合也不是一成不變的，五行強弱抗衡後會發生微妙變更。以正常五行論，金不單難克木，反會被咬。同理，木可剋土，但土硬則木折；土可剋水，水多則土流；水可剋火，火炎則水灼；火可剋金，金多則火熄。看五行貴在深入分析，只憑簡單的生剋規律難以精確判斷。至於五行相生其道理相同：土生金，土多金埋；金生水，金多水濁；水生木，木多水漂；木生火，火多木焚；火生土，火多土焦；土生金，土多金埋……

記得從前跟師父學命相時有位同班師兄，在一跨國公司負責人事資源部管理工作，他受過良好大專教育，性格開朗，待同仁如手足，深得愛戴。其八字為戊申年、庚申月、戊午日、甲寅時。



香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能窺視你的未來，擅於各類西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍佈世界各地，Benny Wong 亦得「導師中的導師」美譽。

### 「中國的情人節」……做 Spa 能增強愛情運

七夕節，又名七巧節或七姐誕，是華人地區以及東亞各國的傳統節日，在農曆七月初七慶祝，來自於牛郎與織女的傳說。在現代社會，七夕也被稱為「中國的情人節」，意謂：「相會」，也是東方版本的羅密歐與茱麗葉，同樣是一個恒久歷練的愛情故事。

今次教大家如何安躺家中也能招旺桃花姻緣吧！

「仍在單身的剩女宅男想吸引到另一半？」

那就不要錯過後日的「七夕節」了！其實不論在東西方的魔法世界裡，有一種增強人緣的方法，就是沖花浴 (Spa) 了！鮮花蘊含了宇宙萬物的能量相互聯繫、相互攝受、亦相互依傍。能夠在「七夕節」當日用此方法沖花浴，對招桃花、姻緣、愛情等絕對會有事半功倍之效！而選取鮮花的品種，蘭花象徵改善、淨潔、招運福至等意思，所以花浴當中最好有兩三種品種的蘭花作浸浴，其餘可配多兩三種鮮花作浸浴，如紅玫瑰、薰衣草，效果更為顯著！



它還具有清潔皮膚的功效；因為在你浸浴時，會大量流汗，而把塞在毛孔細孔裡的廢物排出，讓皮膚變得有光澤，更可以改善皮膚的顏色。所以愛漂亮的女孩子要保養皮膚，每個禮拜最少要浸一次浴，讓皮膚好好的來個大清潔。

而浸浴除了可以改善你的皮膚以外，對於減肥的效果也是非常的好，特別是下半身肥胖。不僅可以改善全身肥胖的狀況，對於下半身肥胖的朋友更有意想不到的效果。

而另一種適合繁忙的都市人所用，就是以天然花卉植物等提煉而成的精華「花水」，能瞬間有助提升愛情運，這愛情花水可以用於人緣的增進與愛情的用途上，可以讓你牢牢抓住對方的心，甚至更具魅力和吸引力，讓對方更愛你、疼你！

只要在出門前或者要去會見情人前，將此水噴灑或滴一兩滴塗在自己的面部(如：額頭、嘴唇邊等等)，並且再度觀想自己的情人、情境，據說就可以促使愛情順利，並且達成自己所想要的。

時。食神清純有強根，表示命主是位人才，睿智且有魄力。37歲轉大運，丁亥年，「亥」與命中「寅」相合頓成強殺。頂上上司退休，他獲推薦晉升為集團香港區副總裁。性情過旺對他構成壓力。他性開始貫徹大機構為官之道，培植勢力，對同事採取親疏有別，要手段玩弄不臣服自己的下屬，搞到神憎鬼厭。戊子年，「子」水直沖日支「午」火，午火是印星，印星代表公司集團。沖即動，那一年集團股權轉手，新人入局，他首當其衝被裁走。失意時拿出自己命盤來研究，不覺驚嘆，原來選遇與命局竟然如此同步。他幡然猛醒，對自己一時權慾薰心，刻薄待人深感懊悔……

許多人以為一交上大運一切都會風調雨順，更可以肆無忌憚地為所欲為。縱使流年大運，若遇上一個不流轉年，幸運兒同樣可能人仰馬翻。這除五行生剋制化外，多少也包含有上天點化及警省世人的深意。

文：勞斯 Yulkingseir@yahoo.com.hk

### 塔羅星座

- 文：BENNY WONG
- 白羊座** (21/3-19/4)：這星期出現了節制牌，正好表示了你必須從生活各種各樣的細節裡學習同包容。
  - 金牛座** (20/4-20/5)：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，所以好好把握吧。
  - 雙子座** (21/5-21/6)：月亮牌的出現令你心情煩躁，心緒不寧，因此這星期會有失眠的狀況出現呢！
  - 巨蟹座** (22/6-22/7)：太陽牌的出現將會照耀你整個星期，日日是好日呢！
  - 獅子座** (23/7-22/8)：隨著星星牌的出現，正好表現了你這周諷頭多多，主意無窮無盡，對於從事設計的人士是喜訊。
  - 處女座** (23/8-22/9)：這星期認真要留意一吓了，因為魔鬼牌的出現會令你在金錢上略有損失的，切記留意呢。
  - 天秤座** (23/9-22/10)：今個星期出現了高塔這張牌，但不要太擔心住，因為這可能都會是一個新的轉變機會呢！
  - 天蠍座** (23/10-21/11)：有事情需要重新計劃過，因為舊嘅唔去新的就不會來的，這正是正義牌所帶來的啟示。
  - 射手座** (22/11-21/12)：看到你像吊人牌一樣懸吊着，你感情上會出現令人不安的事情發生，但只要樂觀面對自然得到解決。
  - 摩羯座** (22/12-20/1)：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。
  - 水瓶座** (21/1-19/2)：不知道點解懶惰的你今個星期突然努力激進起來，原來是隻戰車牌搞鬼呢！
  - 双鱼座** (20/2-20/3)：魔術師令到你想到要多外出，結識更多的朋友仔，令你圈子更闊更廣泛。