

小米文化館麻糬DIY 黃金蜆食得又戴得

花蓮有小米麻糬的故鄉之稱，麻糬被阿美族人稱之為「杜侖」，是慶典或節日才吃得到的名貴點心。已有幾十年杜侖製作經驗的花東地區老品牌的「阿美麻糬」，承襲阿美族杜侖的製作技藝，將原住民傳統美食加以改良量化，率先成為花東第一家使用小米材料的名特產品牌，花東名產糕點。

文、攝：焯鈴



■阿美小米文化館館內成立文化走廊，現場示範麻糬製作，並有花蓮人玩樂器，歡迎大家一起來發掘更多的原住民風貌。

阿美小米文化館內有文化走廊，讓來到此地的旅人，了解原住民淳樸風貌，體驗原住民服飾、麻糬製作過程及產品賣場，產品口味想要甜的鹹的都有，吃的喝的也都有，綜合麻糬餅、魔法瓜瓜、奶酥條、黃金小米糬、黑糖Q麻糬、果酥集（鳳梨酥）、馬太鞍樹豆、薯芋、洛神花、羊羹、梅子、剝皮辣椒……濃縮洛神汁，真的很豐富，伴手禮不可缺用鹹蛋黃、奶油、白鳳豆沙混合的內餡製成的「晶沙酥」，鹹中帶甜，口感綿密，重點是不會太甜，而且買回家放進烤箱之後，熱過更好吃！

■黃金蜆手工藝

■立川漁場以椰林、小石子、小木屋造景，極具熱帶風情。

■在立川蜆之館做黃金蜆殼手工藝

■立川漁場

■各款伴手禮

搥打麻糬製作體驗

麻糬製作體驗DIY活動以分量計算，一份為三顆，可多人同時參與，NT\$150行程活動皆採預約制，出發前7天預約。

Step 3
分配餡料及麻糬外皮：餡料有紅豆及綠豆、花生、芝麻、芋頭的口味，每顆小圓球，是把小圓球各分5等份，要盡量平均，這樣包出來的麻糬大小才平均。



Step 5
裹粉：因為要裝袋，為了防止沾黏不好食用，要進行一道裹粉的程序，把黃黃的麻糬放進粉堆裡，稍微翻滾一下，避免粉感太厚。然後，就可以順利地把小麻糬放進袋子裡啦！



Step 4
先把麻糬皮放在掌心壓平，然後把餡放在正中央，用玩黏土的方式，左右手用力拉，用虎口擠壓，就可以分配出一個個可愛的小圓，過程中手的觸感，可以感覺到皮的Q度，很有彈性。像包水餃一樣，先抓住前後對摺，讓皮完整包住餡料，完全包住之後，再搓揉讓表面平整。



小朋友親手作麻糬給爸爸媽媽很有成就感，對爸媽來說也是很溫馨的感動。保存期限為2天，如兩天內沒吃完的話，請「冷藏」或「冷凍」，但建議大家趁新鮮吃。



Step 1
準備：每人獲分配工具、材料，戴上手套搥打紅米飯，用力搥打成麻糬皮。



Step 2
抹油防沾手：為了讓麻糬能夠順利成形，不沾手，抹點油是第一個步驟。

食得滋味

文、圖：雨文

時裝與美食聯乘泡芙系列



三月的春天不僅生機勃勃，更有白色情人節帶來的甜蜜一刻。適逢佳節，L'Eclair de Genie與Cath Kidston特別由即日起至3月19日期間在L'Eclair de Genie太古廣場及圓方專門店推出「戀戀田園」泡芙套餐（HK\$248）（上圖），當中包括2件Cath Kidston迷你泡芙（紅桑子玫瑰口味）及2件L'Eclair de Genie迷你王牌泡芙，如N°1海鹽焦

糖、N°5檸檬柚子等，以及2杯自選手調熱飲。



今年的Cath Kidston春夏系列捕捉英國夏季戶外的美好時光，並轉化成為燦爛綻放的花卉圖案，於是L'Eclair de Genie從中精心挑選了一系列的獨特印花，於這個春暖花開的季節下，推出Cath Kidston初春泡芙系列（上圖），系列以鮮明色調呈獻，由具代表性的花卉圖案到充滿英國風的倫敦著名景點圖案London Stamps等，每款售HK\$48，由即日起至3月31日期間於L'Eclair de Genie專門店及專櫃有售。

消閒Guide

鬧市比拚網速贏機票

今天，大家如會到旺角、尖沙咀或銅鑼灣的話，大家不妨試試進行網速比試。早前，csl Mobile市場營銷總裁林國誠宣佈，於昨天及今天擺下三個擂台陣，選址旺角西洋菜街南新江大樓地下csl專門店前、尖沙咀海防道及銅鑼灣崇光百貨後面東角道，於下午4時至6時進行全港網速大挑戰，廣邀全港市民即場比試其旗下網絡速度之真正實力。

無論你是使用什麼網絡商，你只需在手機利用OFCA通訊辦寬頻速度測試軟件比拚網速，如網速測試結果比csl快，就可獲得1萬The Club積分，每個地點每日有10個1萬分名額。不過，只要你肯比試，就算失敗，所有



■林國誠（中）宣佈設擂台比試

參加者都可以獲得50個The Club積分，至於本身是csl現有客戶的，都可以到場測試網速來得分，如測試出100Mbps可得100分、200Mbps便可得200分、300Mbps就可得300分、450Mbps則可得450分等。如你真的取得到1萬積分，有機會免費換領兩張往台北機票。

文、圖：雨文



Benny Wong

香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能靈視你的未來，擅於各類型西洋占卜術，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，亦得「導師中的導師」美譽。

12星座「星座密語」——水瓶座

水瓶座是十一月中旬的黃昏時刻，在南方天空可見的星座，其排成Y字形的小星就是水瓶。太陽將通過這星座的1/21日到2/18日期間，就是正值立春的季节。出生於寒中帶春的水瓶座人，是具有冷靜智性和溫暖感情的人。

而水瓶座這位少年是住在特羅耶的卡尼米第。大神謝斯因激賞他的美麗光輝，於是把他召來天上，讓他在眾神宴會上服務。他手持的水瓶中經常裝滿著英智之源的飲料而取之不盡，用之不完。

水瓶座的守護星——天王星

水瓶座的守護星為天王星。它是天空的神星而代表着不受任何束縛的自由智慧。因此水瓶座人具有正統的道德觀念，自由的思想，以及創造美感的才能。另外，還有敏銳推理力和華麗的言詞來吸引人、說服人。

送給水瓶座的禮物

即使物小但力求感受性濃，包裝也要有獨特的設計。物品方面如古典式檯燈、鏡子、古典式的圖案卡等較不常見者最好。

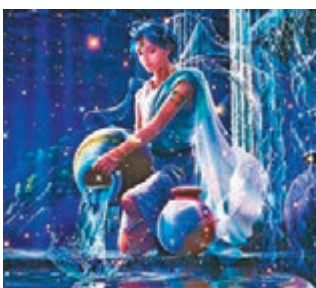
水瓶座的幸運花是椿和櫻花。

水瓶座的徵誌

水瓶座的徵誌是以水的波動予以圖案化，是藉波動的力量來推想看不見的事物，以表現看、聽事物的科學智慧。水瓶座人因具有敏銳的推理力和機智反應，而受到眾人的尊敬。看起來有點冷酷，其實心中卻充滿愛情，尤其善於言詞又善解人意，故不會拘泥於單純善惡的狹小觀念，而甚解人們的孤獨。此外，不時將幸福帶給更多的人，是位心境頗為溫暖的人。

水瓶座的由來

眾神在所住的奧林匹斯神殿社酒宴，暢飲涅塔爾神酒。此時負責斟酒的是宙斯和赫拉王妃的女兒赫貝。赫貝之美遠近馳名，但到了適婚年齡，就因和宙斯之子格拉斯結婚之故，不能再擔任斟酒職務。宙斯乃尋找接班人，有一天宙斯下凡時，發現一名追羊的美少年，乃化身為鷺將他抓住，少年就更名為卡尼梅德斯，成為御用牧羊人。宙斯賜他永保年輕，可是卻必須要終身擔任斟酒職務。卡尼梅德斯覺得相當光榮，總是勤奮地工作，深受宙斯的感動。



話說風水

勞斯

硬漢子

上次入長洲於碼頭等船時見一位長者頗面善，細看之下竟認出是中學時的體育老師。他年輕時讀體育學院，文化大革命上山下鄉，回城後到我們學校當體育教師。老師是條硬漢子，堅信命運應該由自己掌握，後來與幾個好友偷渡來到香港過新生活。

初到貴境，老師選擇到地盤做扎鐵工，烈日下體力勞動雖然艱辛，但勝在新高標準。這裡一天的收入等於舊時在內地二個月工資，更可貴的是能夠挺直腰板做人，不用什麼事都要向領導匯報……然而天有不測風雲，他在一次意外中斷了腿，養傷期間思前想後，覺得工字沒出頭。隨著內地開放，他與一同偷渡的朋友合作做內地與香港的貿易生意。如今老師年逾古稀，生意也交給子女打理。他說今天入長洲探望老同學。那同學研究周易經玄學，剛剛還幫他排過八字，說話間掏出一張命紙讓我看看。

「甲申年、壬申月、庚申日、戊寅時。」1944年出生的猴，日元「庚」金，地支三個「申」金，金強極了。天干透「壬」水，水木相生，這是一個食神生財格。甲木通根時支「寅」，可惜三個「申」金猶如三把斧頭直劈「寅」木。木為骨，故一生中易有骨折傷骨。木是本命的財，財同時代表妻子，所以妻子的腳部都有問題。我問他師母是不是小他六歲以上。他帶點狐疑地瞥我一眼，終承認太太小他七歲。

接着按命紙演繹：「你26歲告別與土有關的大運，回城為人師表。27歲入運乙亥。庚乙合，申亥破。表面上你很合群，但私下卻對現實滿腹牢騷。74年甲寅三刑動驛馬，你受到刺激，漏夜與友人偷渡渡來香港。乙卯年31歲，飛來的桃花天地相合，是年你結婚。36歲運入丙子，食神生財，連續行足四十年運。」

硬漢終於動容了：「照這麼說，這一生經歷真的早有定數！」

塔羅星座

文：BENNY WONG



抽到智慧老人牌，代表這周學習能力高，喜歡向高難度挑戰，同時亦有不錯的成績。



女教宗出現，往往是指出錯失的時候，繼而作出改善而有所進步，這周課題是自我檢討。



當感情去到一個新階段時，雙方是必須進步的，因此正義牌就是一個很好的示警。



抽到女皇牌，代表着這周貴人的出現，令你早前擔憂的問題一掃而空，還有新的發展。



力量牌意指沉默忍耐，過去的終會過去，別作無謂猜想，給些時間讓自己的努力實踐。



許多事情的不順，令你自覺黑氣非常，只因你這周行正吊人運，既然已定不如接受，順其自然。



太陽牌出現，令你心情變得更亢奮、更熱情、更歡欣，希望藉着自己能帶給別人歡樂。



今周出現戰車牌，要小心留意親友間的意見不合，要知道觀點與角度是存在的。



死神牌出現，寓意你在本周將要在人生中有個重大轉變，為你人生增添一份色彩。



抽到戀人牌，這周就像是甜蜜的蜜糖一樣，與愛侶如膠似漆，未有對象的可有希望有意中人。



教宗牌意指你本周對內在心靈的知識需求，希望從心靈出發找到自己的理想邦，並得到啟發。



小心處理錢財、大頭蝦地遺失電話錢包等物件，小心留神，魔鬼牌是本周的重大啟示。