

中秋嗜粵饌 窩心滋味

下星期一就是中秋節，每逢這個人月兩圓的佳節，最快樂的莫過於除了跟親朋好友歡聚、賞花燈，還能吃一頓豐富的團年飯。在傳統中式節慶，精緻的粵式美饌自然是首選，今年不少餐廳都特別在中秋時節推出中秋限定美食，讓摯愛親朋分享佳節的窩心滋味，為歡聚時光添上一份獨特的中秋色彩。

文、攝（部分）：吳綺雯

摩登粵式 顛覆傳統



■明月幾時有

顛覆傳統粵菜的李好味挑戰熾熱的流心奶黃熱潮，於9月21至25日晚餐時段破舊立新推出期間限定的新潮流心奶黃湯圓「明月幾時有」，以瘋魔全球的流心奶黃月餅為靈感，大廚用獨特的分子料理手法將馥郁香滑的奶黃糖水製成滿月般的乳黃色湯圓，再鋪上富奶油香的月餅碎。湯圓外層輕盈薄透，放入口中輕輕一咬，香滑細綿的奶黃就會爆破而出，滿口甘香蛋黃滋味，口感幼滑細膩，甜而不膩，展現出歷久常新的經典味道，定必為中秋加添一分新風味。

除了破格湯圓外，餐廳亦特別推介多款滿月的意頭菜，包括外表皮瑩剔透的「掌上明珠」、金黃鬆脆的「乒乓菠」及變奏版的「鹽焗有米雞」，讓食客能把團團圓圓的好意頭討回家，為人月兩圓的中秋佳節錦上添花。



■摩登中秋粵式美饌

尊尚粵菜 時令精粹

位於中環的一星米芝蓮粵菜食府營致會館，將於9月22日至25日供應由行政總廚蕭顯志師傅悉心製作的應節晚市套餐。秉持傳統粵菜精粹，每道菜式盡顯師傅精湛高超的烹調技巧，饕客更可一次過品嚐到三款餐廳招牌菜式，如肉質幼嫩的「香蔥頭抽爆鹿兒島A4」，將煎好的牛肉切塊，再以蠔油及頂級醬油乾炒，肉味重而不膩。

另外，以越南四頭大虎蝦入饌的「珊瑚芙蓉蝦球皇」，配合師傅精雕細琢的刀功，菊花形的玻璃蝦球爽滑彈牙，拌入滑嫩的蒸蛋白、蟹肉及蟹膏同吃，入口鮮甜，三層口感層次分明；比傳統油炸更鬆脆的「脆香貴妃雞」，把已浸熟的本地新鮮雞隻吊起風乾至少十二小時，食客落單時再隨即炸至金黃色，雞皮輕脆乾爽，味道鹹香可口。最後以餐廳出品的「迷你酥皮奶黃月餅」及雜果杏仁凍豆腐為甜品作結，慶祝團圓佳節。



■香蔥頭抽爆鹿兒島A4



■珊瑚芙蓉蝦球皇



■脆香貴妃雞



■高湯焗開邊乳龍蝦配長壽伊府麵



■頂級原隻六頭湯飽伴鮑汁扣鵝掌

矜貴套餐 限定供應

帝京軒特別預備了兩款矜貴套餐，可供四至十二位享用，適合讓家人聚首一堂，共慶月圓佳節。例如，高湯焗開邊乳龍蝦配長壽伊府麵，以秘製高湯焗製而成的波乳龍蝦，肉質爽口彈牙，鮮味更加突出，配以麵質軟滑的長壽伊府麵，盡收味道濃郁香甜的高湯汁，滋味倍增。

而頂級原隻六頭湯飽伴鮑汁扣鵝掌，六頭湯飽魚蒸煮四小時，再配以雞肉及豬肉等材料，連同鵝掌一同燉煮四小時。鮑魚及鵝掌扣煮至軟腩，濃郁的醬汁精華完全滲透其中，豐腴味濃。

■青衣城秋季美食節現場人流眾多。



同、期、加、映

今個秋季，由即日起至10月7日，青衣城舉辦「秋季美食節」，美食攤位包羅了由本地老字號到海外人氣商舖，場內共設有20個飲食攤位，劃分為「香港味道」區及「國際美食」區，不論即製熟食、手工甜品及節日美酒佳餚都一應俱全。「香港味道」區的食物有經典街頭小食如元朗馳名花生糖、老婆餅、飛機機；健康食品如自家製陳皮冰糖燉檸檬、蜜糖蘆薈龜苓膏及60年麵廠自家製紅菜頭麵；老字號參茸海味、自家醬料等，讓大家重拾昔日的香港情懷。

秋季美食節 一元優惠

至於「國際美食」區則提供更多款新派食物，如黑松露小籠包、貓山皇雪糕、玫瑰燕窩糕、澳洲鮑魚手工啤酒等創意料理，為大家帶來味蕾新衝擊。中秋佳節當然不少得各種款式的月餅如香港製造的咖啡月餅及特色榴槤流心月餅。而部分攤位更會為美食節發售獨家特色輕食，如特色小籠包（魚子醬小籠包、金箔小籠包、黑松



■迷你松露龍蝦牛角酥

露小籠包）、烤泰國肉腸、迷你松露龍蝦牛角酥（每日限量發售50個）等。

除了美食外，場內更設有精彩的周末音樂表演及現場製作糖畫燈籠，增添節日氣氛。由9月21日至25日，商場一連五日更提供HK\$1震撼優惠，MSmart會員每日可以HK\$1選購價值高達HK\$599的指定應節食品。



■HK\$1優惠



■玫瑰燕窩糕



■特色小籠包

■咖啡月餅



Benny Wong

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。

冥想 Q & A

靜坐冥想有很多意想不到的好處，就等您開始練習，它不需要跟宗教有關。

靜坐冥想能讓你的心跳減慢，驅除負面情緒，讓身體感覺平靜安祥。冥想是一種停止左腦活動，而讓右腦單獨活動的思維方式。冥想可以使人思考清晰，情緒穩定，並且更有耐心。經常冥想可以強化我們的磁場，讓我們更喜樂，常可保持正面思考的態度，直覺力會明顯改善、清理「業力」(karma)，常靜坐的人心念較專注，更可以清晰明確的看到自己的目標，甚至創造奇跡。

靜坐冥想的好處：

放鬆身心、降低血壓、訓練自己專心、讓紛亂的腦子得到休息與充電、身體在靜坐時會自動進行修復工作。當人進入冥想狀態時，人的想像力、創造力與靈感會源源不斷的湧出，此外對於



事物的判斷力、理解力都會大幅提升，同時身心會呈現安定、愉快、心曠神怡的感覺。

靜坐冥想也會讓你的頭腦每天多一點時間休息，重新恢復活力，迎接嶄新的思想。其好處還包括提高自我警覺的意識，淨化心靈，控制情緒，掌控怒氣，掌握心智，消除緊張，消除腦中的混亂與障礙，增強記憶力與其他腦部功能。在靜坐冥想時，會感到能量由下往上在每一個輪穴流動，讓對照各個輪穴的身體器官功能恢復正常。透過冥想，由宇宙中導入的能量會修復我們的乙太體，能增加我們的快樂指數。

中秋巡禮 文：雨文

特色月餅迎佳節

為慶祝中秋佳節，意大利巧克力品牌 Vench 特意糅合意大利及中國傳統，以 remino 配方設計出兩款巧克力月餅，並推出花好月圓中秋禮盒系列。品牌承傳140年傳統，一直對食物品質及新鮮度有嚴格的要求，除了採用100%純天然材料，更堅持各國分店出售的產品統一於意大利製造。

今次，品牌嚴選埃及蒙特的優質榛子，製成香氣馥郁的天然榛子蓉，打造出層次分明的三層榛子蓉牛奶巧克力月餅及三層榛子蓉黑巧克力月餅。三層榛子蓉牛奶巧克力月餅的三重層次分別是

委內瑞拉榛子蓉牛奶巧克力、榛子白巧克力以及委內瑞拉榛子蓉黑巧克力。品牌以軟滑牛奶巧克力軟心代替蛋黃，把意式風情融入中國傳統食品中。

另外，擁有超過三十間不同類型餐飲的利園區亦特意精選區內多款特色月餅與大家一同慶賀中秋，其中韓國人氣雪糕品牌百味堂更於今年首度推出中秋月餅，更是限量的「軟心忌廉奶皇月餅」，月餅禮盒以別出心裁的設計與餅匠手藝結合，展現出品牌一貫的優雅貴氣與品味，與大家一同感受團圓的快樂。



■花好月圓長形中秋禮盒



■百味堂軟心忌廉奶皇月餅

塔羅星座

有小毛病纏擾你，可以多戴白水晶的飾物來預防一下呢。

月亮石能令你頭腦及性情柔軟下來，更能令你的人緣大放異彩。

抽到女皇牌，購物不亦樂乎，但月結單來時就苦了。

黃水晶能令你的財富更豐盛，不妨考慮一下吧！

好好打理飲食習慣，不應暴飲暴食，不然美好身段就會前功盡廢的。

工作上有點兒阻礙，但不怕綠幽靈水晶有效幫助你順利過渡。

吊人牌要多加留意腰背痛問題，多戴對腰患有顯著功效的石榴石手鏈。

抽到正義牌，運氣無往而不利，但要留意小心氣焰過盛啊。

魔鬼牌帶來財赤的問題，太陽石能改善及加強財運，不妨多用。

工作上的變化令你無所適從，佩戴茶水晶就能令事情更順利。

心直口快種下了是非的源頭，可以多佩戴藍色的水晶作幫助。

愛發夢又胡思亂想，放個綠松石的飾物在床頭，有助安寧入睡。

禪悟居士，正職與玄學、術數無關，信奉藏傳佛教，自初中開始在「玄學發燒友」父親耳濡目染下接觸面相、紫微斗數、八字等知識，再經父親介紹認識了教授佛法之恩師，除學習佛學之外，恩師亦傳他文王卦及陽宅風水至今35個年頭。2013年通過禪定，悟得前所未有的契悟，終明白了五行與際遇實相之間的關聯性，像石破天驚一樣，整合了一套獨一無二、與宇宙本體相應的禪悟姓名學，依此因緣，新以公開部分千古未傳姓名學之奧秘，望有緣人得到裨益！

facebook: 禪悟——千古未傳姓名推命學

第一二段的終結篇（一）

不知不覺間，姓名學第一、二段學理之闡述已近尾聲，而餘下的篇章將像前文所提及的五行物理一樣是不共法之內容，相信我跟著所闡述之內容，就算學習五行、八字等推算之師傅級人馬也是聞所未聞、非常獨特的理論。

所謂天時、地利、人和，其中地利因素一般泛指風水、環境之學，但今天我所指的是地點紫氣，與風水並非同一回事，而地點紫氣，在推算學中是非常神秘，可能無人知曉，但又非常非常重要，而地點紫氣法是用來推算每個國家的禍福吉凶，是天津的一部分，而涉及地利之範圍，一般只認識龍、穴、砂、水、向，即頸頭風水及理氣風水。

而地點紫氣則類近我們的姓名，用作身份確立的個人五行之氣，而地點紫氣則是每個國家地點獨一無二的身份確立機制，若果沒有了地點紫氣法，便無法辨識為什麼同一時間，不同地方所發生之事情，就算可能有少許共性，但基本上，要發生之事情則完全不盡相同。例如香港2014年發生「佔中」事件，為什麼其他地方則沒有類似之事情發生，而偏偏發生在香港呢？

究其原因，是地點紫氣法的作用，所產生之五行紫氣互動之作用也。現闡述如下：首先清代風水大師蔣大雄有云：陽脈東南成震旦（震旦即指中土地），從世界之巔；從喜馬拉雅山脈向東南走向就是我們中華大地沃野連綿之地，我們的太祖山崑崙山之東南，最大面積的平原，亦有名山大川，故古往今來，我們稱呼此大地為中原、中土，現在稱中國，與「中」相應，而十天干中：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，「戊己」就是排行在中間，戊即高山，己即平原，而盡收戊己之紫氣，就是我們的中華大地也，故香港回歸後，屬於中國的一部分，從面積、大或多的概念上，一般情況，中國是盡收「戊」土之氣，大中包含小，但小不能包括大，亦由於「一國兩制」，香港的地點紫氣自然會有「己」土之氣。

無怪乎，甲午年，午中藏「丁己」，甲己剋合，自然香港中部才出現「佔中」的問題，雖然，甲是十，己是一，正負有情，無論正方或反方都只表達不同想法，根本不想發生衝突，可惜最終還是因不協調的剋合傷了和氣。

甲乙丙丁戊
己庚辛壬癸
化化化化化
土金水木火

當然，地點紫氣的機制不止在中央以「戊己」為主氣的中國，而今天還會談論在四極中盡收東西南北四極之紫氣的國家，分別北方有俄羅斯為霸主，盡收「壬癸」之紫氣；南方以印度盡收「丁己」之紫氣；東方，以日本盡收「甲乙」之紫氣，最後以美國盡收「庚辛」之紫氣。

誠然，有了五行物理及地點紫氣，各地的自然現象、禍福吉凶，便能獨立推算出來了。

又舉例說明：丁亥年，在青島、香港有海藻出現，因海藻出現的條件之一便是海水有暖化現象，五行即「壬」（大海合「丁」（溫度）化木，便是海藻也。

丁（丁壬合）
亥
壬甲

為何會在香港和青島出現？因香港和青島之紫氣是己，會合甲，甲己合化土也，故主要發生在此兩處地方。（待續）