

年輕中廚創意澎湃 為粵菜注入全新活力

在一般人的印象中，粵菜酒樓及酒店中餐的大廚都是一把年紀，但其實時代不同，愈來愈多年輕人加入廚師行列，這天到數碼港艾美酒店的南坊中餐廳拍攝他們的精選菜式，發現他們的粵菜設計及擺盤帶有非常強烈的西餐色彩，令人感覺到這位廚師肯定是青年廚師，果然到大廚出場時是一位在澳洲讀設計，回港再到中華廚藝學院學烹飪，再經過7年的磨練成大廚，如今正式成為五星級酒店的新任主廚的李家鋌師傅，他有多款拿手菜及甜品，贏得不少客人讚賞。

擁有超過10年餐飲經驗的李家鋌，由設計師變廚師原來有段故事，在澳洲讀書時到世伯的餐館做兼職送外賣，因一次餐廳廚師不在，有一對西人夫婦入來要食炒飯，李家鋌被臨時拉下廚炒飯，結果得到那對夫婦讚賞，李家鋌甚有滿足感，他笑言虛榮感下發現做廚師也不錯，結果回港學廚，結識了一班同學互相交流，又參加了無數次比賽，並進修考取所有的牌，從中提升自己廚藝。

他於2014年榮獲全港青年廚師中餐烹飪比賽銅獎，2015年獲李錦記青年廚師中餐國際大賽港澳區銅獎及於2018年第12屆亞洲名廚精英賽(上海站)榮獲至尊金獎—熱素菜組等。在加入南坊中餐廳前，他為尖沙咀翠亨邨主廚。憑着他天賦的才能及扎實的功力，曾帶領餐廳連續6年成為米芝蓮指南推介食肆。他的成功秘訣是「不怕失敗，不停嘗試。」



李家鋌師傅加盟南坊中餐廳。



大良炒牛奶

中式烹調配西式食材

李家鋌坦言加盟酒店是因為他們較放手給他發揮，他希望為南坊中餐廳注入全新的活力及創意，第一炮便帶來一系列的新派中菜。李師傅使用傳統的中式烹調方法，加上西式食材配搭，創出新鮮感十足的菜式。菜碟上的裝飾都親自設計，絕對有吸引人打卡的潛能。

首先，有蝦球大良炒牛奶，大良炒牛奶是順德大良區的傳統名菜之一。此菜式看似簡單，但十分考驗師傅的功力。加上，技術要求很高，需要控制鷹粟粉和雞蛋清的比例，製作時必須掌握熟度，否則牛奶不能凝固。而且，工序繁複，師傅需要一遍一遍炒，控制火候，如有不慎，牛奶便會老，不能做到入口香滑。另外，師傅選用16至20頭越南海蝦，蝦肉爽口彈牙，增加菜式的口感。傳統的大良炒牛奶需要佐醋，李師傅以意大利黑醋珠代替來增加賣相。將黑醋汁變成小珍珠，當黑醋珠伴隨炒牛奶進食，黑醋珠在口腔內爆開，口感獨特。

他獨創的「禪關萬象」看得又食得，又是手工菜，將西紅柿蒸到7成熟去了皮將3菇6茸釀入去製成後再煮一下，將白粥打成泡放入去，炮製出「禪關萬象」，雖是純素，但食落非常清甜，清新健康，獲一致好評。

另外，還有麻辣水煮斑片，水煮魚為傳統



甜品大良炒牛奶



禪關萬象



麻辣水煮魚

四川菜式，師傅選用星斑的原因是因為星斑肉嫩味鮮，就算切片亦能有啖啖飽滿口感。為了去除魚腥味，師傅使用花椒油燙熟星斑片。另加入雲耳、大豆芽、花椒、指天椒和潮椒等多款辣椒為舌尖帶來麻辣的快感。最後加入脆米，把辣湯湯汁完全吸收，滋味無窮。

再者，多款特色菜式，如南坊三碟鮑魚金盞、紅菜頭上素餃、香煎蟹肉腐皮卷；煙熏豉油雞、櫻花蝦紅燒獅子頭、順德魚餅拼牛奶多士等，價格由68元至388元，供應期由即日起至9月30日於南坊中餐廳供應。



南坊三碟：香煎蟹肉腐皮卷、鮑魚金盞、紅菜頭上素餃



紅菜頭上素餃



紫薯金豬仔



龍蝦湯焗大蝦



杜小月櫻花蝦炒飯

東京人氣拉麵店 登陸香港

東京人氣過江龍麻辣拉麵店「鬼金棒」剛於上個月首次登陸香港，旋風式由東京殺入銅鑼灣，讓食客的五感均可樂享「鬼金棒」獨特的辣味味噌拉麵。其即叫即製的味噌湯底，混合以多款辣椒為主要原料配製而成，具酸、甜、苦、辣的特製唐辛子「辣Kara」，並以頂級和歌山葡萄酒及多種山椒調成的香麻油「麻Shibi」，愛辣者不容錯過。

走在謝斐道街頭，鎮守在大門兩側的赤鬼、青鬼塗鴉及超巨大的鬼金棒模型吸引了筆者目光。甫踏進店內如同進入了一個神秘的空間，「鬼金棒」的室內裝潢以黑色為主調，牆上傳統日式鬼怪面具、鬼怪吊飾及鬼金棒在紅色燈光照射下，呈現出神秘氛圍讓人着迷。餐廳入口的右方則是拉麵師傅的開放式工作間，食客可在吧枱位置近距離欣賞「鬼金棒」辣味味噌拉麵從零到一的整個製作過程，內裡更見四人或二人座位，構成總共29個用餐位置。

其實，辣味味噌拉麵店「鬼金棒」靈感源自社長三浦正和(Masakazu Miura)的經

多款辣椒如具酸、甜、苦、辣的特製唐辛子「辣Kara」及香麻油「麻Shibi」。



麻辣味噌拉麵，可分別以小、中、高及鬼增來選擇麻度及辣度。

歷。三浦社長從小熱愛美食，對於拉麵更是無法自拔，每次發掘到滋味拉麵時會懷着無比高興的心情與朋友一同品嚐。正是因為對拉麵的熱誠及鍾愛，三浦社長曾於日本拉麵店工作並接受連串訓練，以超過十年時間深化更多有關拉麵製作過程。其後於2009年，在東京神田開設首間「鬼金棒」，而其鎮店之寶則是三浦社長自家研發的辣味味噌拉麵，獨創五級自選辣度結合獨門秘製濃厚味噌，瞬間在競爭激烈的拉麵業界打響名堂，深受一眾拉麵愛好者的追捧。



社長三浦正和



室內裝潢以黑色為主調。



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，祈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

離離合合總無常 (離婚)

首先，人世間最變幻的關係莫過於男女關係，在追求階段愛得癡纏，如膠似漆，當步入結婚的殿堂，更須當眾信誓旦旦，矢志不渝。

不知是否得了急性失憶症，沒有多少年就互相討厭，以往優點就變成了缺點。

以下就是一些過眼雲煙姻緣：

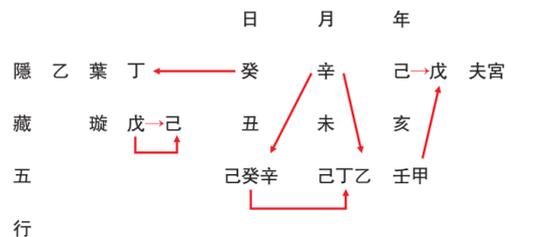
葉璇2019年7月19日宣佈結束與小默先生的4年情，自2015年在微博公開感情後，男的一路改變，從默不作聲的類型令自己多點說話逗葉小姐歡心。從小默先生的暱稱就可見一斑。

從姓名學分析：

乙 葉 丁

璇 戊 夫妻宮

夫宮戊土，即自己心儀對象的種類是穩重型，所謂成熟穩重，本應如願以償，但2019年7月15日，得不到月老的祝福，還是分手收場！



- 1) 「戊」夫宮落運給太歲月老木打絕；
- 2) 自己的隱藏五行「乙」即自己背後的意向亦打絕了化退的夫宮，即不忍也放棄了自己的感情。
- 3) 因癸丁一打，本不捨，也敵不過隱藏意向的作祟。
- 4) 因「辛」理性，通根戰勝了「乙」木的感性，當然4年情就變得不堪一擊！

若然，月老不支持的感情，就算有婚書，也有極速分手的情況，如美國小天后Miley庚Cyrus戊與雷神一角的兄弟Liam癸Hemsworth丁結婚一年未到就分了手，更是不可思議！



2018年12月結婚，但2019年就離婚？

- 1) 戊生庚，非常強勢的個性，希望另一半完全遷就自己；
 - 2) 就算如何成熟穩重，「戊」落運化動給打絕夫宮，不是離婚也情海翻波。
 - 3) 庚「我」生壬水(感情)剋「戊」土，始終也感難過！
- 而從五行角度，最不堪一擊的兩性關係，通常都是因夫妻宮被剋、被沖和被洩。簡單來說即對夫妻關係受到衝擊和傷害，所以才導致情海翻波的效果出現。以上兩例巧不巧合？分手原因一樣皆因夫宮落運化動被剋啊！

不信，再舉一例，陳貝兒「己丙乙」：

2016年丙申年離婚



不就是丙(夫宮)落運，受「壬」剋嗎？所以逢剋沖夫宮或妻宮，真的要互相忍讓，不然，唉，又因了解而分開了！

塔羅星座

文：BENNY WONG



魔術師牌令你長袖善舞，對工作絕對是事半功倍。



皇后牌令你財運不錯，既搵錢又大使，豪氣非常。



月亮牌代表情緒上的不安，將有要事令你心情十五十六。



節制牌所帶給你的反思，有時間回想前事，也可以進步起來。



高塔所為你帶來的機會，有危亦有機，一切考考你眼光了。



當皇帝牌的出現，工作即有新轉機，如能好好把握，成功自然在望。



抽到隱士牌，學習能力特別強勁，亦不滿現狀，因此進修連連。



命運之輪指生活上出現不可抵抗的改變，準備迎接新的一天吧！



萬樣事從根基開始，若想一步成功，恐怕力有所不能了，實幹要緊。



多加留意有人正在暗戀你呢，單身人士要留意喇。



出現了死神牌，不用太擔心，死神的出現可能正代表舊患真正得到治癒了。



新機會在眼前，機會是不等人的，因為太陽牌在前方照耀你呢！