

# 疫情肆虐免外遊 初春嚐櫻滋味

3月是櫻花綻放的季節，以往不少港人都會飛往日韓欣賞，但今年在疫情肆虐下，外遊，尤其是前往日韓，對己對人都是一件高風險的活動。有見及此，有餐廳特地推出一系列的櫻花料理，讓大家在這個疫情當下，都能在香港品嚐到櫻花美饌，猶如置身日本花海般，依然能享受美食當前的幸福感，感受初春櫻花盛開的氣息。

文、攝(部分)：雨文



「花見」櫻花特色午餐

## 時令食材 櫻花御膳

今個月開始，千禧新世界香港酒店日本餐廳峨嵋野推出期間限定的櫻花御膳——「『花見』櫻花特色午餐」及「櫻花懷石套餐」，來自京都的日籍總廚苗加昌彥師傅將以櫻花及日本時令食材入饌，創作出多款色彩絢麗奪目的精緻美點，讓身處香港的食客「日以繼夜」感受漫天櫻花綻放的大和春日氣息。



借錦季節拼盤

「花見」櫻花特色午餐主力推介有賣相精緻的什錦季節拼盤，當中包括浸煮春菜、醃製山菜、檸檬汁煮蕃薯、大蝦伴櫻花葉天婦羅及炸山菜，還有吉列黑毛豬柳伴薯仔沙律五款前菜。另有吞拿魚、鯛魚、油甘魚及甜蝦刺

身、西京醬燒銀鱈魚、小糯米糍、日式煎雞蛋卷及什錦魚生飯配麵豉湯，而甜品則是採用日本櫻花葉自家製成的櫻花布甸及櫻花雪糕，櫻花滋味彷彿將食客帶到日本，親身觀賞美不勝收的櫻花美景。而懷石料理則先以數款前菜如螢光魷魚伴酸麵豉醬及浸煮青

餐廳在疫情下積極加強相應防疫措施



菜、清酒醃製甜蝦及海膽及鯛魚壽司及蠶豆為盛宴掀起序幕，接着的什錦刺身，全由日本直送到港，不得不試的還有清酒煮金目鯛魚伴海膽、柚子味燒花鮫魚、大蝦及山菜天婦羅，以及葱免治吞拿魚腩飯伴三文魚籽及海膽配紅麵豉湯等，還包括自家製櫻花布甸伴溫室蜜瓜作甜品。鑑於新冠肺炎疫情影响，餐廳營業時間亦作出特別安排，以保障所有食客的安全及健康。

同期加映



櫻花蝦生薑豚蹄定食

## 櫻花蝦與生薑 增強免疫力

踏入櫻花季也正值是櫻花蝦的產季，由即日起，牛角次男坊推出「櫻×免疫力UP期間限定餐目」，給大家另一種賞「櫻」體驗，感受初春的氣息。今次期間限定推廣以櫻花及免疫力UP作主題，兩款燒肉丼主要以櫻花蝦作主要食材及以生薑作調味醬汁。

淡紅色的櫻花蝦如滿開的櫻花一樣令心情分外愉悅，當中的蝦紅素可使身體變得穩定，不輕易發炎，為你增強免疫力！而生薑中微甜帶有鯉魚味道的醬汁，即使原本不太喜歡薑的味道，都會因這味道而着迷；加上生薑能夠化痰止咳，也是抗疫期間的良品。

例如，櫻花蝦生薑豚蹄定食，帶甜的生薑醬油配上西班牙豚蹄肉，豬肉能提供身體所需的蛋白質、脂肪、維生素及礦物質，能幫助修復身體組織及增強免疫力。至於櫻花蝦生薑牛井定食則選用美國牛肉，而牛肉裡的鋅，的確能夠增強免疫力！



櫻花蝦生薑牛井定食

## 櫻花菜式 鮮味濃郁

在今年櫻花季節，Shiro 推出四款全新櫻花菜式，如「炸櫻花蝦碎吞拿魚腩卷」內捲有肥美的吞拿魚和爽脆青瓜，並以帶有清香的粉紅櫻花作點綴，味道清新可口。另一款「櫻花魷魚海膽軍艦」加有豐富海膽，海膽味道濃郁，入口即溶，配搭充滿櫻花香氣的鮮味魷魚，口感層次豐富。



櫻花魷魚海膽軍艦

另外，食客亦可一嚐充滿驚喜的「什錦野菜天婦羅配櫻花烏冬」，煙韌彈牙的烏冬沾上粉紅色櫻花湯汁，輕盈清爽。而「Sakura Martini」以櫻花、清酒、杯酒、紅莓汁及青檸調製而成，所有菜式由即日起至4月30日於晚市供應。

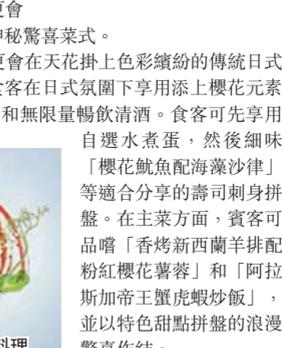
## 清酒櫻花 廚師發辦

由即日起至4月30日，aqua 將賞櫻浪漫的春日氣息帶到香港，呈獻以櫻花入饌的廚師發辦晚宴及多款特色佳餚。食客可選擇六道菜或九道菜的廚師發辦晚宴，一嚐「櫻蝦玉子豆腐豆乳湯」、「牡丹蝦帆立貝薄切伴櫻魚鬆子汁」等美饌，廚師更會為每位食客送上一道神秘驚喜菜式。



櫻蝦玉子豆腐豆乳湯

而周末期間，餐廳更會在天花掛上色彩繽紛的傳統日式雨傘「wagasa」，讓食客在日式氛圍下享用添上櫻花元素的「Because Brunch」和無限量暢飲清酒。食客可先享用自選水蛋蒸，然後細味「櫻花魷魚配海藻沙律」等適合分享的壽司刺身拼盤。在主菜方面，賓客可品嚐「香烤新西蘭羊排配粉紅櫻花薯蓉」和「阿拉斯加帝王蟹大蝦炒飯」，並以特色甜點拼盤的浪漫驚喜作結。



「廚師發辦」晚宴料理

## 防疫資訊

文、圖：新華社

## 重慶餐飲企業有序復工營業



在有效防控下，市民安心地在店內用餐。

近日，重慶市江北區多措並舉，積極推動餐飲企業在做好疫情防務的同時，有序復工營業。一些餐飲企業在適度控制營業規模和客流量的基礎上，開放餐飲堂食，當中有火鍋店需要食客進店前接受電子健康驗證，以及接受體溫檢測。



消費者在重慶的一家火鍋店前接受體溫檢測。

消費者進店前接受電子健康驗證。

## 姓名學

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，終明白了五行與際際實相之間的關聯性，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

## 甲己效應分治中的團結(周朝)

周朝國800年，全賴封建制度和宗法制的成功。很少人想殺周天子而代之，甚至連僭越的情況也很少，所以分封與宗法制就成了「王室之屏藩」，讓諸侯其外，如果王室遇到危險，諸侯可以召之即來，截擊敵人。

把商紂王徹底消滅後，武王進入商都，將商的畿內分為邶、鄘、衛三個國家，以邶封紂子祿父(即武庚)，鄘、衛則由武王之弟管叔鮮、蔡叔度分別管制，合稱三監。武王派兵征伐尚未臣服的商朝諸侯，據記載征服者有99國，臣服652國。

周王朝建立後，所面臨的政治形勢十分嚴峻。武王以「小邦」之君統治如此規模的區域隨時都會發生諸侯叛亂的局勢。為了鞏固政權，適應形勢的需要，武王決定按功行賞，理順統治集團的內部關係，實行以周王室為中心的分封政治制度。為了控制廣闊的新征服地區，周朝仍然應用商的分封制方法，把王族、功臣以及先代的貴族分封到各地做諸侯，建立諸侯國。

周武王建立周王朝後4年就生病死，他的兒子姬即位，就是周成王。那時，周成王只有13歲，不能處理政務。於是周武王的弟弟周公旦輔助成王掌管國家大事，行使天子的職權。

周公盡心盡力輔助成王，管理政事，但還是遭到周武王的弟弟管叔、蔡叔的猜忌，他們在外造謠說周公野心，想篡奪王位。

這時，紂王的兒子武庚不滿足於周朝封給他的殷侯地位。武庚一聽說周朝內部動盪不安，就和管叔、蔡叔串通起來，聯絡了一批殷商的舊貴族，還煽動東夷中幾個部落，起兵叛亂。

武庚和管叔等人製造的謠言，成王年少，更分不清事實真偽，所以對這位輔他的叔父也不太信任了。

周公內心很痛苦，告訴召公奭，他絕沒有野心。此話感動了召公奭，消除了大家對周公的誤會。周公在調和了內部的矛盾之後，毅然調動大軍，親自東征武庚。周公花了3年時間，終於平定了武庚的叛亂。

周公輔助成王執政了7年，不僅加強了周王朝的統治地位，而且還為周朝制訂一套典章制度。到周成王滿20歲的時候，周公把政權交還給成王。

周成王死後，他的兒子康王即位。這段時間前後約50年，是周朝強盛和統一的時期，這就是歷史上所說的「成康之治」。

成王、康王之後，周朝逐漸加重了對平民和奴隸的統治與剝削，刑罰也變得更加嚴酷。周厲王是周朝第十代國君，是個十分殘暴的君主，他即位後對人民的壓迫更加嚴酷了。這樣到了第四個年頭，也就是公元前841年，人們終於忍受不了周厲王的殘暴，掀起一次大規模的暴動，史稱「國人暴動」。

參加暴動的人有平民，也有貴族，開始僅幾十人，後來迅速發展到幾萬人，整個鎬京成了沸騰的海洋。國人拿起武器、農具，像洪水一樣向王宮衝去。周厲王顧不得體面，慌裡慌張帶了一批人逃命，總算保住了一條命。

國人衝進王宮燒毀了宮殿，搜遍了各個角落也沒有找到周厲王，召公虎無法控制住人們憤怒的情緒，出於無奈，只好將自己的兒子冒充靜交給人們處死，這樣才平息了這場規模巨大的暴動。

周朝把同族和功臣部份分封到各地，但即便是再好的親戚和朋友，幾百年過後，親密程度也不大如前，於是才慢慢生亂象了！

從五行學理去探討這個現象就是「甲己效應」，甲木剋己土，(細範圍為己，大範圍為戊)，所以被分封的諸侯對於周朝而言，就是分治，軍力、財富是很自主的，但甲是正，己是負，正負(+)有情，故分治中，又是合，頗似一國多制的效果，所以甲與己合化土。

當然，單是分封制，人有醜陋、黑暗的一面，俗語云：「一個人兩條心屬不多。」封建制為什麼又那麼成功呢？木自然是唯恐天下大亂，會剋土，出現各自為政和僭越，要「合」，就要教化，所以周公旦制周禮，當人懂「禮」，就會有「禮讓」和「忠誠」，而五行木金火水土，正正是仁、義、禮、智、信，而甲乙木正是火的元神，即禮的助力源頭。當人人明白，君君、臣臣、父父、子子，長幼有序，才會發揮「仁」的效果，「仁」人，才會憐憫弱勢、平等視每個人。

所以，人類的文明，並不單單是物質的文明，而是形而上的精神文明，否則，人與禽獸無異，只會互相傾軋、廝殺。

## 塔羅星座

得到金星眷顧，投資生意皆無往而不利，貴人照耀。  
人緣強勁，留意身邊的機會，大有機會找個好對象呢！  
宜小投資買賣，皆可望有不俗的斬獲，好好把握良機。

煩惱多事奔波勞碌，心情煩躁，以靜制動，勿衝動！  
不宜急進，應以長遠目標為主，勿因一時之氣，而後悔莫及！  
注意身體要多休息，多調理，皆因你並不是鐵人，多加注意手腳問題。

萬事皆在變動當中，勿意氣用事，凡事應以合作行先！  
多計劃多思考，對從事創作策劃人士有利，其他事項則平穩。  
日捱夜捱，還是多作休息吧，要學習固本培元呢！

樣樣事胸有成竹，旺事業財富，不妨大膽出擊！  
大吃大喝沒煩事，唯一留意伴侶的訴求，勿忽略另一半呢！  
考慮與女性朋友合作等事宜，可有不錯的效果呢！

文：BENNY WONG