

洋食屋嚕和牛鐵板漢堡 關西風味壽喜燒親民價襲港



第三波疫情終於稍為緩和，晚市堂食再度重開至晚上9時，雖然只限兩人同坐，但總算可以坐低食餐好。最近，灣仔新鴻基中心連開兩間日式餐廳，一間是主打手工漢堡的GRILL TAJIMAYA，另一間則是供應高級壽喜燒的SUKIYAKIYA，風格截然不同。其老闆是香港最大的和牛入口商，在現時未能飛到日本，大家亦可在香港也可品嚐地道的日本料理，一解餓和食之苦。

文：雨文 攝：焯鈴



漢堡扒即叫即製惹味

洋食屋實為日本人的西餐，GRILL TAJIMAYA利用來自日本食材以西式料理的烹飪方式，配合日本料理的調味，製作柔嫩多汁的手工漢堡扒作為 signature，以鐵板為主的「Bistro洋食屋」。其漢堡扒做法以冰鮮肉作為免治肉的原材料，每天嚴選日本和牛及北海道黑毛豬的不同部位，再靈活地調配出最佳比例去免治，而非切割肉類的邊邊角角剩餘下來之部位再加工。

加上，手工漢堡扒於半開放式廚房新鮮即叫即製，食客能欣賞漢堡扒的烹調過程，搓揉免治肉時保持低溫，避免溫度上升令肉香流失，煎漢堡扒前以人手輕拍十數下，擠出多餘的空氣，令肉質保持柔嫩和彈性。而且，漢堡扒是以鐵板上餐，保持熱力並鎖住肉汁，淋上特製的香濃醬汁，熱力氣泡不斷湧出。

例如，日式漢堡扒還可配三重芝士或流心太陽蛋；如芝士控的話，可選擇焗煮芝士漢堡扒，用上巴馬臣芝士、車打芝士和Mozzarella芝士製成，芝味香濃，肉汁豐富。當中最特



矜貴A5和牛壽喜燒套餐

煎烤

自家製壽喜燒汁煮

加入白飯吸收肉汁鮮味

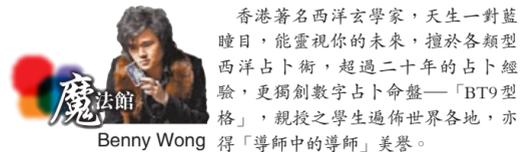
另一邊廂，現在，在香港可以較入門的價錢，品嚐到矜貴的日本A5和牛，並以日本家鄉食法專注提供一個日本關西壽喜燒的味道。有別於關東風壽喜燒的食法及次序，關西風是首先將空鐵鍋加熱，跟着把肉類「煎烤」兩面稍為燒炙至甘香並享用，然後加入自家製壽喜燒汁煮其他肉類和蔬菜，享受兩種不同的口感及滋味，最後加入白飯或烏冬吸收鮮甜、滲透肉汁的鮮味，作為「雜炊」。

店內裝潢設計簡潔，感覺舒適，餐廳嚴選日本九州鹿兒島自家農場的A5和牛「野崎牛」，和牛油花細密，牛味濃郁而且入口即融，製成壽喜燒和涮涮鍋。壽喜燒沿用正宗關西風煮法，更有專人即席代煮，如日本產特選A5黑毛和牛壽喜燒套餐（HK\$589），套餐包括日本產特選A5黑毛和牛，還有前菜3種盛、季節野菜盛合、讚岐烏冬、柚子雪糕甜品和飲品，相當豐盛。

在套餐中，還有前菜小食，前菜是三小碟，包括黑毛和牛他他、柚子蘿蔔和三色車厘茄，中間的黑毛和牛他他，吃前先跟蛋黃拌勻。吃過前菜後，就是主角A5和牛了，很大的一塊，每人共有三塊，店員會幫忙烤肉，加些壽喜燒汁，大家可以蘸日本醬汁，也可以灑七味粉或山椒粉。至於甜品的柚子雪糕，酸甜清新。因此，關西風的壽喜燒與日本和食美味相輔相成，店內師精選當天最佳部位，如霜降狀油花的西冷，再裹上蛋汁同吃，蛋黃與醬汁的香甜和牛的油脂融化，甘甜而不膩。



前菜三小碟以韃靼牛肉(中)最矜貴。



水晶之王——白水晶

白水晶，為水晶家族成員中最具代表性的品種，在寶石業界我們就將不通透的礦石稱之為石英(Quartz)，而質地晶瑩淨透、結晶完美並有珠寶價值者，就稱為白水晶(Quartz Crystal)。今天就來分享白水晶的神奇故事囉！

白水晶希臘神話故事

在古早時代遙遠的奧林匹斯山的聖山上，住着一位英雄——赫拉克勒斯。他是希臘神話最偉大的半神英雄，當時男性的傑出菁英典範。

赫拉克勒斯一生充滿傳奇，最著名的無非是他的十二項英雄偉績，在每場戰役之中，大力神赫拉克勒斯手中總是執着那些閃閃發光的白水晶盾牌，只要用力擊出盾牌，就能瞬間將天地照耀得無比輝煌，正是充滿了勝利王者的英偉氣派，取得了多項戰績，就是所謂十二項英雄戰績，於是被宙斯稱為勇敢之王。

王者水晶，蘊含使人精力充沛的活躍能量，可作為「護身符」、「平安符」常掛身邊。人們相信那些珍貴的白水晶，成長於天地玄黃，宇宙洪荒，日月盈昃，辰宿列張的年代，白水晶的形成，就是如此的美妙與神奇。

白水晶是所有水晶種類中，磁場能量最平穩、最純粹的，它的磁場幾乎不會被其他的力量所影響，而始終保持它的一貫性和穩定性。

所以白水晶最拿手的就是幫助人們穩定其健康的磁場，而且還能在平衡健康磁場的同時，可以平衡人們的內心磁場和情緒，不容易受到外來刺激的影響。

白水晶可以為人提供精神力量，幫助遮蔽外在物象的干擾，使人的思維更集中，頭腦更清晰，專注力更高，同時使人的記憶力和理解能力都得到增強，適合學生和一些需要時刻保持頭腦清晰的人群。

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導師，除學習佛學之外，導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，終明白了五行與實際過實相之間的關聯性，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

假王？

我國歷史上第一次大規模的農民起義，於公元前209年，胡亥奪取皇位的這一年，領導這次起義的人物是陳勝(姓名五行為「己丁」、吳廣(姓名五行為「丙辛」)。

常言道，苛政猛於虎，官逼民反，民不聊生才起義，然而此種起義絕對有別於己亥年香港之黑暴事件，因黑暴才是民不聊生的禍端。

陳勝和吳廣及其他的窮苦農民一共900多人，被秦二世徵發漁陽駐防。那時候正趕上雨季，他們走到蕪縣大澤鄉，靠近淮河的支流澮河，地處低窪，大水淹沒了道路，沒法走了。他們只好停下來，等天晴再走。按照秦朝的律法，叫你什麼時候到達什麼地方，你就得按時到達，誤了日期，可是殺頭之罪。陳勝、吳廣一起商量辦法。陳勝說：「如今是逃走，被抓回來是死；起來造反，奪天下大不了也是死。這樣下去，等死不如拚出一條生路！」

當時人們很迷信，想要號召眾人起來造反，還得採用裝神弄鬼的辦法。第二天，火夫上街買魚回來，剖開一條鯉魚的時候，在魚肚子裏發現一塊鋼子，鋼子上用朱砂寫着「陳勝王」三個字。這件事一下子就傳開了，眾人都認為這是老天爺的旨意，陳勝是個真命天子！

於是陳勝殺死了軍官，大夥兒都出了一口惡氣。看到大夥兒都很齊心，陳勝、吳廣就決定立即起義。陳勝、吳廣在大澤鄉起義的消息很快傳開，附近窮苦的老百姓扛着鋤頭、鐵耙、扁擔，紛紛趕來加入起義軍，很快地佔領了陳縣。陳勝在陳縣稱王，國號「張楚」。陳縣成為全國農民起義的中心。

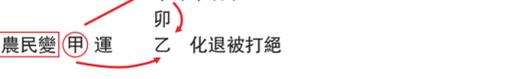
為推翻秦朝統治，陳勝於八月封吳廣為「假王」，令其率主力西擊滎陽，奪佔秦朝腹地；武臣、陳餘率部攻取六國故地。吳廣久攻滎陽不下，陳勝又以周文為將軍，領兵繞過滎陽，進攻關中。周文攻破函谷關，屯軍於戲。這時起義戰士幾十萬。

秦二世見起義軍打到都城附近，即令少府章邯把修建驪山陵墓的數十萬刑徒和奴產子編成軍隊迎擊農民軍。同時，又從邊塞調回王離的30萬軍隊以保衛都城。周文率領的農民軍，雖然英勇作戰，但缺乏訓練，沒有作戰經驗，又孤軍深入，在秦軍的突襲下，接連受挫，被迫退出函谷關，在曹陽駐守待援。

這時，武臣的東路農民軍在河北旗開得勝，對秦朝官吏恩威並施，連下三十餘城，在攻佔舊趙都城邯鄲後，武臣在張耳、陳餘的慫恿下自立為趙王。陳勝為了顧全大局，勉強予以承認，並命他率軍西上，支援周文。武臣置若罔聞，以陳餘為大軍，張耳為丞相，公然割據自立。陳勝所遣各部義軍互不接應，六國舊貴族紛紛割據稱王，嚴重削弱了反秦力量，起義軍陷入孤立無援又腹背受敵的境地。曹陽的農民軍與兵力龐大的秦軍苦戰兩月，損失慘重，又無援助，終告失敗，周文自殺。章邯乘勝猛撲，佔領滎池。

隨着反秦鬥爭的進行，起義軍自身的矛盾和弱點也逐步暴露。圍攻滎陽的起義軍內部發生內訌，竟假藉陳勝之命殺死吳廣。章邯乘機率秦軍直撲滎陽，田臧率軍迎戰章邯，兵敗身死，餘部潰散。陳勝依舊坐守陳縣，章邯率軍直撲陳縣，陳勝親自督戰。由於眾寡懸殊，而秦軍又挾戰勝周文、田臧之餘威，士氣高昂，農民軍終敗。陳勝、吳廣的起義歷經半年，終告失敗。

公元前209年：「甲」大運



- 1) 強木反剋弱金(帝制)。
 - 2) 可惜化退，辛打絕乙，失敗收場。
- 陳勝(姓名五行為「己丁」)，「丁」火生「己」土，「己」為副位，副位要當正位，故無法成王。吳廣(姓名五行為「丙辛」)，「丙」火剋「辛」金，故是用武之人。

塔羅星座

不用灰心和氣餒，只要有恒心，守護天使們是會助你渡過難關的。

小小苦楚等於激勵，不要因一時的起落而失信心，成功就在前面了。

開始要對你的生命作出檢視，並決心去改變或治療任何不平衡的部分。

懂得關懷愛護別人是一種福氣呢，施比受更有福。

天生我才必有用，不要咄咄就定輸數呢，天使們是很喜歡作弄人的。

吃健康的飲食，有充足的睡眠，並規律地運動，可保持最佳健康狀態。

小心留意身邊事情的發展，不然非流言可滿天飛呢。

清楚地知道你想要的，並以堅定不移的信念專注其中。

是的，你的點子正是由神聖所引導的……請採取行動，讓你的想法開花結果。

憂慮是對自己殘酷的刑罰，不要再自我封鎖，放開懷抱吧！

是時候要清除堵塞之物，並淨化在你周圍的地方能量，可運用風水改善。

柔軟你的心，帶著虔敬來看待這個情況，和涉及其中的所有人，包括你自己！

文：BENNY WONG