

大廚有用武之地新菜式登場

限聚放寬約飯局嚕佳餚

過去一年受示威活動影響，大學站是重災區，位於大學站的沙田凱悅酒店自然大受影響，再加上新冠肺炎影響，酒店餐廳推出新菜式的步伐都被迫停頓了，師傅幾乎冇用武之地，當下經過全民普檢後情況受控，餐廳晚市可以延長至晚上10時，限聚令放寬至四人，對酒店及大酒樓來說是好消息。事實上，四人以上他們才有望生意好些，許多家庭或團隊商務客，已經近大半年沒機會聚餐了，他們都很希望約親朋好友見面飯聚，於是中餐廳沙田18已經做好準備了。

文、攝：焯鈴

今次，正是主廚何振雄師傅顯身手的時候，他悉心挑選時令食材，配合傳統家庭式烹調手法及自製醬料，炮製一系列全新菜譜佳餚。



■豆酥帶子撈自家製豆腐花



■瑤柱帶子攪菜炒飯



■豆漿蟲草菌金菇浸勝瓜

野薑花水蓮菜入饌

何師傅利用創新獨特的食材令菜式充滿驚喜，例如是次菜譜加入的野薑花。野薑花出產自台灣，具有獨特的清新花香和味道，「鮮花椒野薑花拌鮑魚」中的野薑花拌以鮮味的鮑魚，以花椒調味，食落有鮮花香，兼有花椒調味帶點麻辣香好滋味，而且具有濃烈又獨特的麻香，特別適合現在的天氣，消暑氣和醒胃。「野薑花蒸大魚嘴」用野薑花將魚肉的鮮味發揮得淋漓盡致，同時亦不會遮掩野薑花原有的花香，味道清新開胃。

另一推介是以水蓮菜入饌的「海蝦乾腩肉菱角魚湯浸水蓮菜」，水蓮菜口感清甜爽脆，並含有豐富的蛋白質及膳食纖維，加入自家熬製的濃郁魚湯，更添鮮美。另一款創意菜式是「鮑魚豬皮芥末燜大鵬雞煲」，將豬皮配鮑魚燜大鵬雞，用芥末調味燜鮑魚、豬皮、雞，三樣都很入味，是必食之選；還有「豆酥帶子撈自家製豆腐花」以酥脆的豆酥配上幼滑的自家製豆腐花，清而味好，絕不會令人失望。

近年綠色飲食當道，新菜式「莞鄉炒五秀」中包括了五種蔬菜，分別為淮山、雲耳、銀杏、菱角和芥蘭，色彩繽紛賣相特好。「豆漿蟲草菌金菇浸勝瓜」以富含植物性蛋白的豆漿配搭具豐富藥用價值的蟲



■客家乾撈麵

草菌，濃郁的豆漿湯底搭配蔬菜的原味鮮甜，滋味無窮。

自家製新派甜品

餅房主廚賴耀輝師傅則帶來一系列自家製新派甜品，包括參照客人的建議，獨家研發的「糖冬瓜檸檬薏米雪葩」。清香的檸檬和薏米能有助消暑醒胃，加上糖冬瓜作點綴，味道豐富，令人想一吃再吃。「香燜榴槤芝士酥」以新鮮榴槤肉和芝士入饌，金黃酥脆的外層包裹着香濃的榴槤芝士蓉，香滑甜美，確是榴槤愛好者必食之選；其他甜品包括茶味濃郁的「泰式珍珠奶茶雪糕」及創新的「話梅奶凍配杞子汁」。



■自家製新派甜品



■莞鄉炒五秀



■鮮花椒野薑花拌鮑魚



■鮑魚豬皮芥末燜大鵬雞煲



■鮑魚豬皮芥末燜大鵬雞煲



■釀焗鮮蟹蓋



■朗廷唐閣午市套餐\$400



■朗廷唐閣午後尊尚套餐\$368

米芝蓮中菜特惠午後套餐

朗廷酒店的米芝蓮三星中菜廳「唐閣」，由於早前晚市禁堂食，於是就推出了兩款特惠午後套餐（14:00-17:00供應），以及一款外賣自取8折的午市套餐，\$298起就吃得到，建議大家可點選一個套餐，再點一兩味招牌菜開心分享，肯定大滿足！現在，食肆晚市堂食放寬至晚上10時，中菜廳仍會有這些套餐供食客選用，疫情下以優惠價格享受米芝蓮美食，十分滿足。

在套餐方面，以午後錦繡套餐（\$298）最優惠，包羅了點心拼盤（4件）、潮連脆燒鵝、西芹雲耳炒帶子及蛋白杏仁

茶。如想享受更高級的，可選午後尊尚套餐（\$368），包括了點心拼盤、釀焗鮮蟹蓋、鮮菌粉絲雜菜煲及蛋白杏仁茶。

除了午後時段，當然還有午市套餐（\$400，外賣自取8折），款式更豐富，有點心拼盤、青瓜木耳拼燒鵝、精選老火湯、砵酒釀焗帶子、蟹肉燴伊麵及合時甜品。餐單隔日不同，包括點心拼盤、精選老火湯、招牌前菜蜜汁錢叉燒、飄香荷葉飯、和牛粒炒飯、旭日鮮蝦球、精美甜點等。

另外，大家亦可散叫招牌美食如富貴鹽香雞、叉燒拼蜜汁鱈魚及和牛炒香苗等。

文：雨文 攝：焯鈴



■富貴鹽香雞



■和牛炒香苗



■叉燒拼蜜汁鱈魚



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」，親授之學生遍布世界各地，亦得「導師中的導師」美譽。

神秘莫測黑水晶

在色彩豐富、鮮艷美麗的寶石世界裏，黑色的寶石算是比較少的，因此黑色水晶對於很多人來說是比較特殊的飾品，其代表的含義也是比較特殊的。黑色一直給人神秘莫測的印象，在中國古代的佛教文物中，就有相當多有關鎮宅或避邪的黑耀石聖物或佛像。對於黑水晶來說，黑色就先表明了它象徵的意思，即神秘、權威、權力。所以，黑水晶飾物能給佩戴者以主管者的較色，

並賦予佩戴者以更大的魅力。黑水晶在西方神話傳說中代表着月亮，其吸納、吸附能力很強，能為佩戴者消除一些消極的、負性能量，這個就有點像中國的避邪化煞、吸收病氣。人有能量場，水晶也有自身能量場，但是水晶的能量場要更加穩定而且具有折射、傳遞、能量轉換、能量擴大等作用。因此，佩戴水晶飾品能在一定程度上防止負能量的侵擾，穩定正常而有序的能量。

由於黑色一直給人神秘莫測的印象，在鮮艷明麗、色彩繽紛的珠寶世界裏被視為「異類」，但在另一方面，黑水晶卻像「黑洞」一樣具有極強的吸納性，會吸納附近的雜氣或負能量，又稱「避邪石」，是很不錯的守護石。其中，據說黑耀石極度避邪，能強力化解負能量，中國古代的佛教文物中，就有相當多有關



鎮宅或避邪的黑耀石聖物或佛像。

而黑瑪瑙、黑水晶也能加強個人勇氣及膽識，排除負能量，有行氣時左進右出的原則，左手進氣而右手排氣，所以，一般建議將黑水晶的戒指或者手鏈佩戴在右手，有助將自身的負性能量和毒素給吸納掉。要調整身體能量時，可以在左手搭配紫晶等其他色寶石。

塔羅星座

沉溺於甜食、冷凍飲料等，不要濫用你的消化系統。

事事要求平衡，但就偏偏最容易感到寂寞孤單，分享是你人生的座右銘。

伴侶處於戰戰兢兢的精神狀態，長期累積下來，容易有腸胃潰瘍的毛病。

玩樂來勁得很，玩伴愈多愈好，而且還是來者不拒，小心玩物喪志。

迷人的笑容，與眾不同的品味及特質，能令你成為情場大贏家。

風趣和幽默使人如沐春風，懂得自我追求散發熱情的特質更是迷人。

夥伴能使你工作發展無往不利，加上天生魅力讓推銷事物毫無阻礙！

情場上絕不孤單，因此易有情感的糾紛，加上優柔寡斷的個性，後果難堪。

良好的記憶力，也適合從事歷史研究與考證的工作，大利工作運。

永遠在不自覺中散發無限魅力的你，時尚加上你就是迷人的小秘密。

不喜作決定，喜歡逃避問題猶疑不決，所以朋友對你作了一個很重要的角色定位。

三分鐘熱度且善變，又因為太愛玩，令人有種玩世不恭、不可靠的感覺。



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

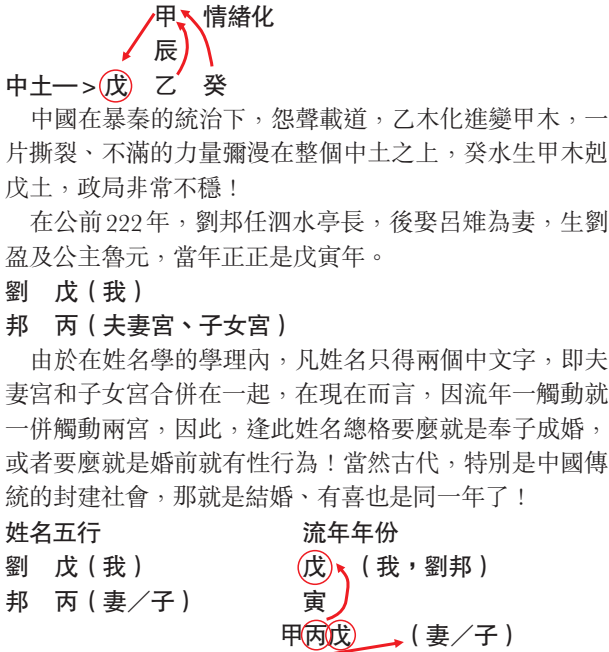
英雄莫問出處 (簡批劉邦得天下)

中國人喜歡稱自己為漢人、漢族或者唐人，無他，因為無論漢朝或唐朝皆是曾經盛極一時，身為炎黃子孫，容易有民族自豪感，故即使在全球一體化的今天仍希望國家領導人能帶領我們走上民族復興之路。

而漢朝的開國君主劉邦，其姓名五行組合正是「戊丙」，而中土的地點紫氣正是「戊」，而「丙」陽火可生旺戊土，故成為中國的帝王或許是天命，劉邦正正是開拓漢文化盛極一時的開國君主。

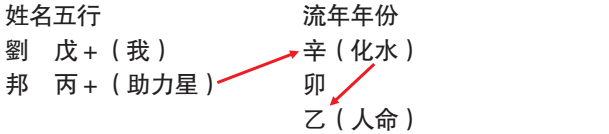
當然，英雄莫問出處，不同項羽，劉邦並非名門望族出身，相反，他只是一位亭長，即現代而言，小小的一個公務員。

而他的出生時間，公元前256年，



「戊」我落運，而妻宮、子女宮「丙」亦落運生自己，因此相應姻緣及生育。

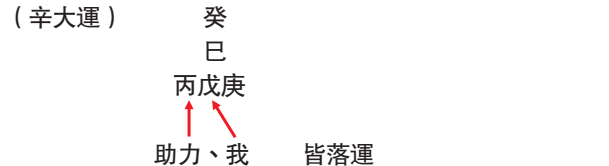
而公元前209年，陳勝起兵反秦，劉邦起兵於沛，稱沛公。



劉邦的助力星「丙+」合流年「辛—」化水，會生乙木，即人命，所以1) 丙辛（+—）正負有情，即出發點是救世，而丙辛合化水，即殺人是為了救人。

接着，即進入低潮，公元前209年，率兵與秦軍輾轉作戰，曾附項梁（姓名五行組合「丁壬」），自己的助力星受到「壬」沖「丙」衝擊，於是我「戊」落運要克制此種衝擊，於是戊「我」要合合入他人的陣營。

公元前207年，率軍先後攻克陳留、宛、武關，向關中進軍，項羽則在巨鹿大破秦軍主力。



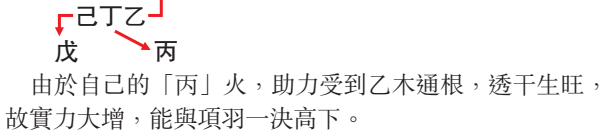
由於戊丙皆落運，而「我」戊與癸合，固有「丙」引發火局，於是火烈合便不斷動武作建功立業。

公元前206年，劉邦率軍入咸陽，子嬰投降，秦亡，封庫府以待諸侯，又與關中父老百姓「約法三章」，深得民心，被項羽封為漢王，定都南鄭，8月，出陳倉進軍關中。



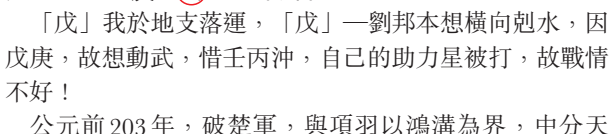
由於自己「戊」和自己的助力「丙」皆化動落運，甲木本對自己不利，「貪生忘剋」，甲木生旺「丙」火，自己的助力、名分，再生我，於是被封為漢王。

公元前205年，略定三秦，出關與楚爭雄。

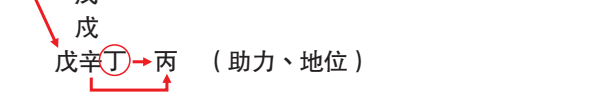


由於自己的「丙」火，助力受到乙木通根，透干生旺，故實力大增，能與項羽一決高下。

公元前204年，與項羽會戰彭城，敗歸，復振兵與項羽在滎陽成皋對峙，再敗，立刻立劉盈為太子，遣韓信略定趙、魏等地。



公元前203年，破楚軍，與項羽以鴻溝為界，中分天下，韓信破齊，自己的助力「丁」化進變「丙」，得到「辛」（貴、財產，即地盤）合，授予自己。



最後公元前202年，「戊」自己通根、透干，終於坐穩天下，辛合丙再生自己「戊」，終於登上帝位。（完）