

凱悅軒主廚將客家菜升華 特色手工加上高質食材

客家族起源自中原地區，扎根於香港逾300多年。香港的客家人大概有200萬人，因此客家菜也成為香港最受歡迎的中菜之一。尖沙咀凱悅酒店的凱悅軒糅合現代藝術及上世紀20年代傳統茶館的精粹，為食客提供各式地道中菜。最近，凱悅軒主廚黃皓勤師傅由即日起至5月31日為食客呈獻一系列傳統客家特色菜，一同探索客家菜的獨特風味。



● 花膠黃酒煮雞

● 尖沙咀凱悅酒店凱悅軒傳統客家特色菜

早期的客家人遷移到香港後主要以耕田謀生，因此菜餚都較豐盛而味道濃郁，食材以飯、豬肉、豆腐為主，而且經常使用豉油、米酒、薑、大蒜和鹽調味及醃製食材。當中，花膠黃酒煮雞是典型的客家菜式，用上新鮮三黃雞先醃製，並加入黃酒、生薑、黑木耳、紅棗及杞子煲至入味，最後加入已預先煮至脆嫩的花膠，雞肉嫩滑，酒香四溢，滋味無比。而筍乾紅燒肉亦是不可錯過，五花肉與筍乾先以紅燒做法焗半小時，再以師傅自家醃製的鹹酸菜墊底，五花肉入味軟腩，入口即融，與筍乾及鹹酸菜的爽脆口感平衡。



● 筍乾紅燒肉

特色家常菜式手工繁多

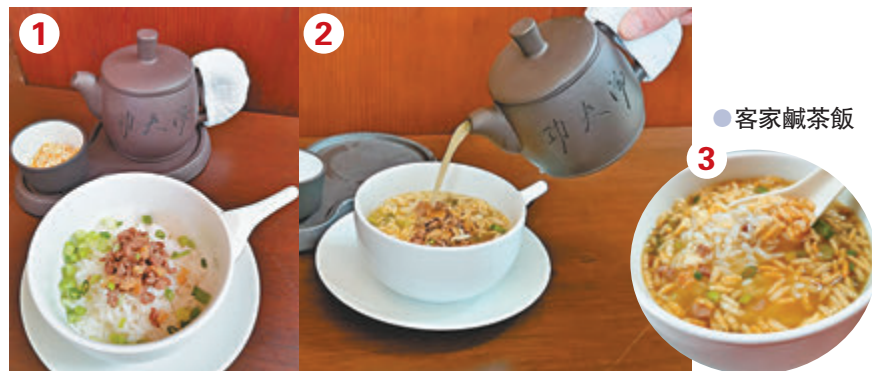
客家人常見的家常菜式「蒸瑤柱蘿蔔丸子」，因手工繁多，鮮見於本地餐廳，師傅先將白蘿蔔切絲，並以放鹽，用清水沖洗及手榨方法脫水，然後加入豬肉碎、瑤柱絲、蝦米、冬菇、生粉及薯粉混勻，再以巧手將肉團搓成球狀蒸約十五分鐘，淋上以南瓜粒炮製的上湯，再於肉丸頂放上炸瑤柱絲便成。蘿蔔丸子的口感軟熟多汁，每一口都散發出蘿蔔絲的清香及陣陣鹹香，令人耳目一新。而黃豆煎爛豆腐則充滿古早客家風味，師傅先將硬豆腐釀入豬肉碎，再將每面煎至呈現金黃色，然後加入黃豆、肉蕪、西蘭花及蝦子，以中火燜煮至汁變稠，最後瀝入米酒即成。豆腐清甜滑溜，而乳白的黃豆湯帶着幽芳酒香，美味誘人。



● 蒸瑤柱蘿蔔丸子

開胃健脾「客家鹹茶飯」

另外，又稱搗茶的客家鹹茶飯，是客家人非常普遍的傳統美食，師傅先將豬肉碎加進鐵觀音茶煮至入味，及後混入炒香的菜脯及唐芹粒，並放上飯面。另一邊，師傅則先以炸花生、芝麻及鐵觀音茶葉炒至芳香，再慢慢搗成粉末。最後把搗茶粉末倒入肉湯及上湯煮至沸騰，並放入精緻的湯壺中。食客食用時可加入脆米至飯面上，再將湯壺中的鹹茶倒入飯中，猶如泡飯般，濃濃的鐵觀音茶香帶有肉湯鹹味，開胃健脾。而其他客家特色菜，還包括瑤柱梅菜八寶肚、鮑魚小炒皇及家鄉茶粿。



● 客家鹹茶飯



● 鮑魚小炒皇



● 家鄉茶粿

東海薈沙田店新菜式

士多啤梨蝦球鍋巴大人細路都LIKE



● 士多啤梨蝦球鍋巴

● 經典荷包鱸

疫下許多店舖生意難捱要退場，但大型飲食集團仍有能力趁舖租「有價講」疫市擴張，東海飲食集團東海薈第五間分店登陸新城市中央廣場Home Square，並於3月正式開幕，以簡約風格及家庭聚會之方向作為設計核心，配以開放式廚房及未來發展之數碼點餐系統，讓賓客放下生活拘束輕鬆享受美食，日後沙田友外出約飲茶或晚飯，又多一個地方選擇。

目前餐廳在晚市有「叫1得2」推廣優惠，以及每晚晚市提供不同折扣，星期一5折、星期二6折、星期三7折、星期四8折。（折扣優惠只限點選主餐及海鮮紙上項目）最近，他們推出的菜式有4款：黃金有米魚、士多啤梨蝦球鍋巴、松露石榴球和順德銅盤生煎雞，有江浙菜風味，款款都是手工菜，視覺味覺都享受。例如，「士多啤梨蝦球鍋巴」（\$98細份/\$188例牌）廚師精選鮮蝦配上秘製薄薄脆漿，以中高溫慢火油炸，加上由鮮士多啤梨打成的濃厚醬汁及鍋巴托底，鍋巴炸到脆卜卜，每塊鍋巴上有隻醃滿士多啤梨蝦炸蝦，入口脆、香、甜，一次滿足不同味道。

而經典菜式有手工潮州菜「經典荷包鱸」，選用約一斤至斤半的肥美白鱸，加上秘製酸菜葉包焗燉煮，鱸湯酸甜甜開胃，鱸肉入口鮮滑，乃沙田店必試美食之一。另一款順德銅盤生煎雞，源於上世紀90年代東海專業團隊到順德考察時受啟發的一道功夫菜。把原隻雞起骨後以鮮冬菇及黑松露醬汁醃製，後置於銅盤內生煎，銅盤傳熱性能佳且受熱均勻，能迅速煎熟雞件，保證原汁原味。

喜歡清淡的推薦你「松露石榴球」（\$188），一款中西Fusion菜式，「松露石榴球」是一道非常考究廚師功夫菜式，腐皮包着蒜粒，然後用韭菜紮起成球狀，並配以重手黑松露蓋住結口位，極有心思，松露石榴球入口清甜，又帶有濃郁的黑松露香氣。晚市菜式有水準之外，點心都出色，因為自設點心廚房，即叫即製即蒸，創意點心及懷舊點心都唔少，「東海蝦餃皇」、「翡翠帶子燒賣」等是期間限定，燒賣皮加入菜汁製成，定不會令你失望。 文、圖：寧寧



● 松露石榴球



● 順德銅盤生煎雞



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、紫薇斗數、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，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

東漢強弩之末：黃巾之亂（下）

為什麼有民變？若然事事為公，為人民福祉着想，像內地之精準扶貧落實那麼成功，人民的幸福感提升，又怎會有民變四起的情況？

所以，古往今來之明君，皆明白，人民像水，既能載舟，亦能覆舟，因此聖言哲理：「民為貴，君為輕，社稷次之。」必然是金科玉律，至理名言。

而從五行推算角度來解釋民變的五行特質就是不滿的情緒，而情緒的代表正是木的五行。木分大木「甲」和小木「乙」，甲木類比參天大樹，有硬頸、情緒化、寧死不屈的特質。而乙木雖是花花草草之義，但其根也可對小面積的地方進行滲透，也會相應人與人之間的不睦，更由於木會剋土，而「土」代表團結，整體受剋，自然會有社會、家國的撕裂情況發生！

還有印象的話，當年美國以伊拉克藏有大殺傷力武器為由，強行侵略他國土地，當然帶給當地人民痛苦，民不聊生的效果。2014年，就造就了恐怖主義的「伊斯蘭國」正式建立及興起。而後，2015年，更長驅直入伊拉克境內，攻佔當地，如入無人之境，2014年正是甲午年，而2015年就是乙未年，甲和乙就是大木及小木，皆有剋土的情況，正是民變內亂之原因。

當2014年，甲午歲，午中藏丁己，甲木剋己土，香港不就是發生佔中運動嗎？！當然香港有不足之處，但根本談不上民不聊生，只因西方國家的干預。西方國家的庚金，尤其是美國屬「庚」金，金剋木，令木無安全感，自然盲信西方價值觀，被利用成剋土的工具。

這就是如何種得最甜木瓜之秘密，什麼秘密？將釘子打在木瓜樹的根部，木瓜樹自然失去安全感，拚死將精力精華放在木瓜處。因此，西方國家的庚金，除了霸道，唯恐天下不亂，剋木令木性的人惶恐而叛亂，此乃木的情緒化趨化的原因也。

說回東漢黃巾之亂，起義軍內部出了叛徒，向東漢朝廷告了密。面對突然變化的形勢，張角當機立斷，決定提前一個月舉事。36方的起義農民接到張角的命令後，同時起義。因為起義的農民頭上全都裹着黃巾作為標誌，所以稱做「黃巾軍」。漢靈帝得到消息後，驚慌失措，忙拜外戚何進為大將軍，派出大批軍隊，由皇甫嵩、朱儁、盧植率領，兵分兩路，前去鎮壓黃巾軍。

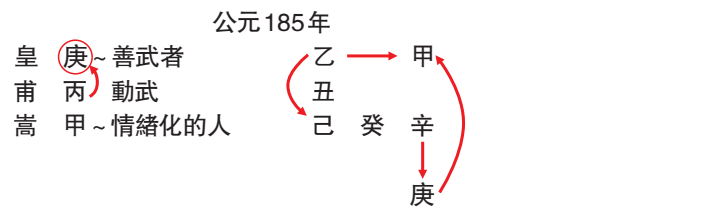
然而，各地起義軍聲勢浩大，把官府的軍隊打得望風而逃。起義之初，起義軍進展順利：河北黃巾軍生擒皇族安平王劉縯、甘陵王劉忠；南陽黃巾軍斬殺太守褚貢，圍攻宛城；黃巾軍攻破鉅縣，殺幽州刺史郭舉。起義軍發展壯大後，張角自稱天公將軍，其弟張寶稱地公將軍，張梁稱人公將軍。張角、張梁駐廣宗，張寶駐下曲陽，作為農民軍中央基地，率部在冀州一帶攻城掠地。

黃巾農民的「遍地開花」引起了東漢朝廷的恐慌，漢靈帝從溫柔鄉中醒來，匆忙組織武裝鎮壓。他下令大赦黨人，以緩和統治階級內部矛盾；又下詔令各地嚴防起義軍勢力滲透，並積極集兵進剿。靈帝命國舅兼大將軍何進統率左、右羽林軍，加強洛陽防禦，拱衛京師；左中郎將皇甫嵩、右中郎將朱儁率4萬步騎進擊潁川黃巾軍；北中郎將盧植率北軍和地方軍隊、進攻河北黃巾軍。

公元185年農曆四月，波才率部擊敗朱儁，進圍皇甫嵩於長社，但因缺乏作戰經驗，依草結營，時值大風，皇甫嵩乘夜順風縱火，起義軍大潰；皇甫嵩隨即聯合朱儁、曹操三軍合擊黃巾軍，斬殺起義軍數萬。官軍乘勝進擊汝南、陳國黃巾軍，陽翟一戰，波才戰死；彭脫的黃巾軍也在西華被擊潰。八月，東郡黃巾軍與官軍大戰於葦亭，7,000餘人被屠殺，主將卜己身死。潁川、汝南、東郡三郡黃巾軍主力悉數被殲。

黃巾起義雖僅9個月便失敗了，但起義的餘波卻持續了20年，黃巾起義瓦解了東漢王朝的統治。

在這段歷史中，值得一提的姓名組合就是漢軍的皇甫嵩，五行組合就是庚丙甲，有何特別？



- 1) 乙剋己，本戰亂頻。
- 2) 乙變甲（化進）情緒化。
- 3) 辛變庚（化進）武力提升，自然是平定禍亂，天選之人！

塔羅星座

文：BENNY WONG



得到金星眷顧，投資生意皆無往而不利，貴人照耀。



煩惱多事奔波勞碌，心情煩躁，以靜制動，勿衝動！



萬事皆在變動當中，勿意氣用事，凡事應以合作行先！



樣樣事胸有成竹，旺事業財富，不妨大膽出擊！



人緣強勁，留意身邊的機會，大有機會找個好對象呢！



不宜急進，應以長遠目標為主，勿因一時之氣，而後悔莫及！



多計劃多思考，從事創作策劃人士有利，其他事項則平穩。



大吃大喝沒煩事，唯一要留意伴侶的訴求，勿忽略另一半！



宜作小投資買賣，皆可望有不俗的斬獲，好好把握良機。



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。



日捱夜捱，還是多作休息吧，要學習固本培元呢！



考慮與女性朋友合作等事宜，可有不錯的效果呢！



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。

Benny Wong

神諭的盧恩符文

北歐人還是深深相信，親手刻在石頭或木片上的符號最具有靈性與大地之氣。所以，占卜用的「Rune」一定是用木片或石頭雕刻而成。當然，隨著時代的進步，有人相信水晶或是其它東西比石頭的「磁場」更強大，我們也不排斥以現今的觀點重新詮釋它，畢竟源自於北歐神話的「Rune」擁有豐富的原始性與啟示力，是一種穿越時空背景與神交際的學問。北歐神話中無比的想像力與哲學啟示，將讓我們用直覺、歷練、想像力，來透視我們的人生、激發潛在的第六感。

Runes 盧恩符文（亦稱：如尼字母），是屬於北歐民族的一種古老咒文，以象形文字的形式，刻或繪於石頭、木材、金屬、紙材上，顯現自然界生生不息的無窮能量和威力。古代的北歐人相信，只要虔心地召喚或運用這些符文，就能夠和大自然力量相接觸！

神秘的盧恩符文圖案也常被應用於各種裝飾物件上，戰士們認為在盾牌或劍刃上雕刻某些勇猛的咒文，可獲得護佑和強力，農牧小民認為在工具上刻有吉祥的咒文可以獲得豐收及天神庇蔭，而現今的占卜師也經常為客人使用神奇的如尼石或盧恩牌向天地祈問，以其符論文論意來判斷人生當中所遭遇的種種疑難和運勢吉凶。



● 盧恩符文

當然，盧恩符文除了可以拿來占卜外，在北歐人的傳統中，都相信這種由奧丁所創造出來的神秘文字，具有神秘力量可以保護擁有者。由於多半懂得符文占卜的占卜師，他們的「Rune」都是自己親手製作的，因此傳承給下一代時，也一定會要求繼承者要善加保存。

盧恩符文裏的每一個符號都有非常深遠而獨立的意思，所以北歐人都會在小孩出生時將符號雕刻在木片上串起，來當作護身符使用；或是有用「Rune」符號的紙寫上自己的願望，然後放入火盆中燒掉，藉此祈求願望實現。