

全新和風食店落戶九龍城

煙燻菜式惹味

五重芝士口感

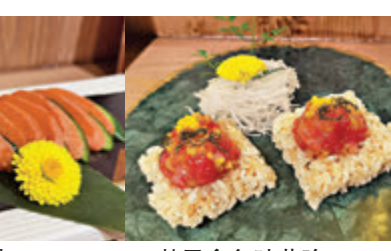
最近，香港開設了不少日式餐廳，全新東瀛日式食店「上戶酒場」便坐落於香港有名的美食集中地九龍城。食店由酒肴、刺身壽司、揚物到鐵板等都有供應，當中特製的一系列煙燻菜式，主要以櫻花煙燻木燻製，芝士、肉類至海產均各有特色，酒場更為食客提供多款東洋美酒，屬同區內性價比高的餐廳。

採、攝：雨文



煙燻，曾是遠古時期保存食物的方法之一，發展至今已成為一種烹調技巧。如講究的煙燻菜式，色、香、味、美俱全，能增加視覺與味覺的享受，除了中菜及西餐外，亦會應用到日本料理上。上戶酒場的大廚認為，只要煙燻時間控制及選用煙燻木得宜，大部分的食材都可配合煙燻烹調，於是酒場特意選用頂級櫻花煙燻木去處理味道濃郁的肉類，將櫻花木碎放於爐下進行煙燻的過程中，會散發出濃濃煙燻香，能有效提升食物風味。

在煙燻系列中，煙燻厚切三文魚、煙燻日本豚腩肉、煙燻芝士黃蘿蔔、煙燻穴子壽司及煙燻番薯等不容錯過。例如，煙燻厚切三文魚，大廚先厚切一口大小，以鹽及黑椒調味後再以櫻花木煙燻，三文魚的生熟程度燻得恰到好處，魚肉色澤粉嫩。



嗜虎蝦、豆芽韭菜炒砂肝筋及鐵板鮑魚等。

午市定食 活魚刺身

在午市方面，亦提供多款肉類定食，配搭三文魚炒飯供食客選擇，鐵板的熱力平均分布，炒出粒粒分明的金黃飯粒。此外，還有各種海鮮拼及天婦羅拼，食客亦可追加小食及刺身，讓午餐變得更豐富。在定食中，你可選香蔥牛肉薄燒配三文魚炒飯或牛舌薄燒配三文魚炒飯。

除此之外，酒場會視乎市場來貨，定期推出不同的本地活魚刺身，而刺身拼盤設有五款、六款及八款三種配搭，以來自日本的飛機貨為主。還有，較為特別的活龍蝦刺身+甲羅燒兩食，一款料理，分別有刺身及甲羅燒兩種食法，龍蝦身作刺身，而蝦頭以甲羅燒方法燒製，再配上餅乾一同享用，可大快朵頤一番！



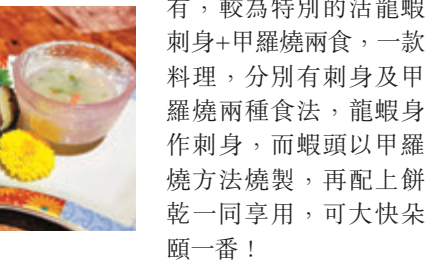
煙燻系列 五種芝味

要數招牌推介，非煙燻五重芝士 Pizza 莫屬，Pizza 分別以日本製的藍芝士、高達芝士、德國草原芝士、車打芝士及格拉娜、帕達諾芝士混合製成，一塊便可品嚐到五種「芝」味。大廚先將 Pizza 底煎至香脆，再以櫻花煙燻木燻製約5分鐘，燻過的芝士更顯濃郁層次，既可拉絲，口感亦不會過分乾硬，配合煙霧瀟灑的效果，非常吸睛！

酒肴佳品 鐵板小食

既然說是酒場，當然餐廳亦為食客準備各款酒肴佳品，喜歡吃正餐前試點前菜的朋友一定不能錯過，配上一杯上好清酒，享受一個完全放鬆的美好時刻。酒肴方面，有蔥吞拿魚腩薄脆及燒明太子伴青瓜片等選擇。

另外，吃鐵板非一定要到專門店，這兒的鐵板小食款式多，熱辣辣夠鑊氣，價錢亦相當大眾化，大部分小食單點每款約\$100便有交易，如龍蝦味



「最想吃」和牛放題 SET 性價比高

名廚陳國強師傅對灣仔區有情意結，之前多間食肆都在這區開設，停了一段時間又在灣仔道大有商場斜對面的樓上舖開設「ALL I WAN EAT 最想吃」，主打港日韓風火鍋放題，店舖不算大但清雅舒適，空間感足夠，原來之前這裏是食私廚菜的。由於黑暴影響了食店生意，陳師傅趁租金下調決定租下裝修做日韓式火鍋，

實行走年輕人路線。開業後吸引 OL 光顧，本來生意不錯，可惜不久後遇上第四波疫情，但在限聚令下，他們堅持在艱難下繼續經營，希望疫情快過，重現曙光！

「ALL I WAN EAT」是經營港日韓風味一人一鍋火鍋放題，放題分幾種類型供選擇，消費價錢由\$201至400之間，如午市定食約\$78左右，而午市火鍋設90分鐘，最貴是\$348和牛放題 SET，每位先配4樣食品：一、日本刺身(刺身拼盤有三文魚、帶子、赤貝、赤蝦及魷魚，全都極新鮮)；二、「最想吃」小食便當(有枝豆甜番薯仔、雞肉串及炸魚皮)；三、韓國炸雞或麻辣雞煲；四、海鮮拼盤(沙白、鮑魚、帶子、海蝦、脆鮑樣樣齊)，如果4人同行還會送一客海膽。

然後，大家可以開始食火鍋，湯底有5款可以選擇：美

顏花膠鍋、韓式泡菜鍋、北海道牛乳鍋、日式海帶豆腐鍋及麻辣辣鍋任選一，女士都愛辣美顏花膠鍋，大大嗜花膠好正！肉類有日本黑毛豬腩肉、日本豚肉、日本和牛肉眼、M6澳洲和牛肉眼、極上安格斯牛小排、特級雪花牛板腱、頂級黑牛肩胛骨等，而任飲飲品都可以追加，肉類夠新鮮薄切唔會好滯。

食完牛肉後，可自取其他配料，配料選擇很多，較特別的有日式雞軟骨餃子、白菜豬肉餃、鮮菇雞肉餃、黃金魚皮餃、鴨血、滴水大腸、牛柏葉、芝士豆腐、響鈴、芝士丸、茼蒿、櫻花烏冬等，還有湯供應，羅宋湯足料，而任飲飲品有宇治金時、開胃的洛神花茶、檸檬薏米及罐裝飲品等，其中雪條也是賣點，全部都是韓國雪條，性價比很高。

採、攝：寧寧



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，終明白了五行與實際現實之間的關聯性，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

梟雄歷練 曹操的挫折

續上文，所謂「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚。」強如一代梟雄曹操，初出道時已顯示其一流的辦事能力，但時未予他。公元190年在討伐董卓(五行組合甲乙)時，實力懸殊，曹操(五行組合為壬癸)也敗下陣來，其天時勢為庚午歲，其五行運作如下：



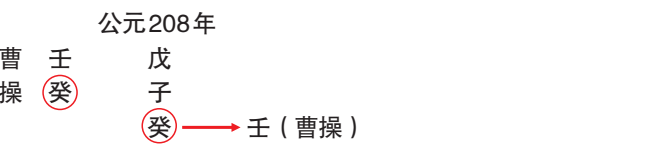
- (1) 「壬」曹合丁，本想通過結盟反董，聯軍對董討伐。
- (2) 但「操」字的五行癸水打絕「丁」火，形成破局，無「丁」火動「庚」金，謹庚打甲對董卓威脅不大。
- (3) 本來董的甲木頗有侵略性，但他的缺點就是情緒化、硬頭，容易壞事，幸甲己合土生金，反而得美，增加了其定力及貴，加上乙庚化金，其勢更盛。

當然，人生的格局與檔次，往往取決於自身的個性魅力及與其時勢的轉捩點！勝敗乃兵家常事，談何容易，所謂心態決定一切，而曹操最值人欣賞的正是這出類拔萃的特質，尤其後來面對赤壁之戰。雖然輸得一敗塗地，也絲毫不損其意志，相對現今科技發達的都市人，脆弱的心靈比比皆是，曹操真是人中之龍。

而有名戰役之一的赤壁之戰，火燒連環船之歷史，相信大家也耳熟能詳，但甚少人相信，五行天時卻是非常傳神地標示了這場戰役的成敗！

從五行角度去敘事，是年乃公元208年，即戊子歲，子中單「癸」水，而五行之合化戊與癸之合化，正是火局，火攻配火局，巧乎？

而當時，曹操乃北方之霸王，號稱80萬大軍南下，奪取天下，本勢不可擋，但北方人不懂水性，不善打水戰，形成給火局反剋。



- (1) 五行壬癸的曹操，盡得北方水的加持，壬癸成北方霸主。
- (2) 癸水落運與戊合，成火局即火攻也！
- (3) 而癸又化壬，被戊所剋絕，所以夾自北方「壬」一敗塗地，又逢火局反剋，所以赤壁之戰大敗，能樂觀面對逆境、逆境，相信值得人學習，現細述他從20歲的時候，所經歷主要事故歷史：

曹操在20歲的時候，當了一個叫洛陽北部尉的小官。洛陽是一座大城，皇親國戚、達官顯貴很多，他們經常胡作非為，沒人敢管。曹操到任後，命令手下做了十幾根五色棒，高高掛起，表明無論是什麼人，只要觸犯法規、禁令，就要挨棒子。大宦官蹇碩的叔叔仗權勢，違法亂紀。一天，他違反禁令，深夜半夜提刀亂闖，被巡夜的當場捉住，挨了一頓五色棒的痛打。從此以後，誰也不敢違反禁令，洛陽的治安有了好轉，曹操的威名一下子傳開了。

公元190年，曹操和各路討伐董卓的大軍，在陳留附近的酸棗集合，組成一支「反董」聯軍，大家共同推舉袁紹作為聯軍的盟主。

董卓聽說各地起兵的消息，心驚膽戰。他不顧大臣們的反對，決定遷都長安。漢獻帝被迫離開洛陽後，董卓下令放火焚城。一時間，洛陽成了一片火海，致使洛陽的百姓流離失所，屍骨遍野。

這時，在酸棗附近集結的各路討董大軍都按兵不動，彼此觀望。曹操看到這種情形，義憤填膺，帶領手下5,000人馬，向成皋進兵。曹操的人馬剛剛到了汴水，便遭到了董卓部將徐榮的攻擊。雙方力量對比懸殊，一交手，曹操便敗下陣來。

曹操損兵折將，回到酸棗。他看到起義討伐董卓的同盟軍不能與他一起成就大事，就單獨去了揚州，在那裏招兵買馬，養精蓄銳。

塔羅星座 文：BENNY WONG

這星期出現了塔的牌，代表了一些消息及突如其來的生活改變呢！

女皇牌的出現，我相信你這星期的財運都不用愁了，開心些吧！

我見到魔鬼牌的出現，正好給自己在這星期內作出自我檢討，想想是否過度縱慾了。

千萬不要因為一己之氣而鬧事，因為愚者牌的出現正好代表了事情的不順及性格的反叛。

獅子座的朋友們，今個星期裏我見到有位魔術師的出現，令到你的生活變得多姿多采呢！

本身性格已經夠孤僻了，現在還多隻愚士牌的出現，真係好難想像你會有幾我行我素了。

這星期抽到節制牌，預料你們會因飲食失控而導致體重回升些，愛美人士小心小心！

命運之輪的出現往往會為事情帶來新的轉變及變化，不論如何都應該好好準備。

本星期見到吊人牌的出現，預料你要特別注意腳部的健康問題，不然苦的是自己及身邊人。

星這張牌帶着希望與光芒信念意思，一如牌說如你已有好好的理想，不妨大膽行事，為理想打拚。

太陽牌出現在你哋這星期的運程裏，一切與小朋友及朋友的聚會都是你哋運氣旺的原因。

留意你們的情緒問題，因為這星期出現了影響你們情緒的月亮牌，它會為你們帶來不安及過敏！