

你的心聲

徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需註明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

烹飪之樂

小榆

一直覺得外出用餐應該會比較好吃，因餐廳的菜式都是由薪酬聘任的廚師烹製，食物有一定水準。以往專長煎蛋和煮即食麵的我，這幾年間嘗試購買食材，按照食譜下廚烹飪，從最簡單的番茄炒蛋做起。

煮好一道番茄炒蛋，不難也不易。從挑選新鮮材料，到清洗切割、掌握次序下鑊、控制火候、加上配料、試味，最後精心上碟，煮出一道簡潔的小菜。初次淺嘗味道，帶點成就感，因成功踏出第一步及與家人分享，分外喜悅。有了首次經驗，自然會不斷改進嘗試，務求一次比一次好吃，更熟練。最終可能煮出比餐廳更好吃、更適合自己味道的菜式。

一般家常小菜的烹飪方法，莫過於煎炒煮炸燉焗。當成功煮好一道

菜，可進一步嘗試不同菜式。如涼瓜炒肉片、蒸魚蒸豆腐、薯仔炆雞翼、煲老火湯等，過程中不斷領悟精粹，再由家人品味食評，然後不斷持續改進。每份食材皆有自身的特性與口感，如何在烹調時發揮各食材功效，並保留原汁原味，是奏好一首「美食交響樂」的關鍵。相信愈好吃的菜餚，煮法愈純粹簡潔，盡在用心。

美食跟繪畫之別，在於既有觀賞性，也能聞得到、吃得到。美食家蔡瀾先生曾說：「只有符合自己的胃口，那就是盛宴。」各人口味不一，最愛的味道只有自己才知道，下廚正好是一種自我探索、釋放創造力的過程。親自下廚，少油少鹽、淡而樸實乃是內心的嚮往，煮出的是一份自己專屬的藝術結晶品。

又見煙民「打邊爐」

荃葵

2019年黑暴常用街上垃圾桶襲擊或堵路，導致垃圾桶數量一度大減。香港國安法生效後，黑暴沒再出來搗亂，但疫情嚴重，煙民脫口罩抽煙曾被檢控，街邊吸煙者大為減少。近日防疫限制放寬，垃圾桶數量有所增加，煙民又再出來，幾個煙民圍着垃圾桶「打邊爐」的情景再現。

我家樓下有個休憩小花園，有些商店員工常躲到花園旁抽煙。「老煙槍」密密抽濃味香煙，弄得附近幾棵樹慘遭熏黃。當局曾幾次去舊迎新換來了新樹，但沒多久再被煙熏死。

但凡街道牆邊有容得下一兩個人站立的凹凸罅隙，都不難見到有煙民藏身那兒抽煙，有的甚至滿地煙蒂。街上只要有塊小空地，也會被人「駐紮」抽煙，有人還抽已被禁止買賣的電子煙，實在過分。路人面對二手煙避無可避，若無意中踩到被扔地上的

煙蒂，亦有機會把病毒一併帶回家。當局將向立法會提交懲罰垃圾蟲的修例草案，把亂拋垃圾的罰款由1,500元倍加至3,000元。煙蒂也是垃圾，應是重罰之列。

一位朋友親睹從樓上擲進她家沙發的煙蒂，立即上前撲熄，但沙發已被燒穿一個洞。我聽後每凡外出前必關窗。日前旺角有住宅大火，懷疑樓上丟煙蒂造成，連累一位住客吸入濃煙不適送院，以及約100人緊急疏散，附近道路和店舖一度關閉，可謂「累街坊」。

有位煙民朋友隨身帶備小鐵盒盛載煙蒂，算是有點公德。但既然知道吸煙不好，為何不戒煙呢？聽說過一個戒煙故事，有人抽煙抽到衣服滿是煙味，小女兒說了一句：「爸爸煙味好臭！」此人心疼女兒，從此不再抽煙，戒煙的決心和毅力令人佩服。

消費

萌爆角色
結伴
韓遊

新鴻基旗下商場新蒲崗Mikiki由即日起至明年2月26日舉辦一系列韓遊主題活動，為一眾韓迷預熱「旅行癮」。風靡韓國的人氣卡通角色 KAKAO FRIENDS，以全新旅遊主題「KAKAO FRIENDS 韓遊假期」登陸新蒲崗Mikiki 與屯門卓爾廣場，12月期間聯乘韓國觀光公社香港支社（KTOHK），展示至新至潮觀光熱點與冬日節目主題展覽，更會聯同旅行社推出精選旅遊優惠。

KAKAO FRIENDS 9大萌爆角色：Ryan、Apeach、Choonsik、Muzi、Con、Jay-G、Neo、Frodo、Tube化身導遊與大家率先出發玩轉首爾及釜山必去旅遊熱點，結伴暢遊近6米高超巨型「Ryan 暢遊 N 首爾塔」、情人必去「Apeach 心鎖橋」、別具地道色彩的「Muzi & Con 玩轉南大

門」、滋味滿瀉的「Choonsik 小食檔」及女生們至愛的「Neo & Frodo、Jay-G、Tube 購物大道」；至於卓爾廣場地下中庭則搖身一變成為釜山長林浦口景區，特設3大打卡主題場景，包括「Apeach 風車小屋」、「Neo & Frodo 港口公園」以及「Ryan & Choonsik 休憩站」，即使身在香港也能潮遊韓系旅遊熱點。

另外，The Point會員憑指定積分及即日電子貨幣消費滿指定金額，即可免費換領旅行必備的KAKAO FRIENDS 拉鏈收納袋、便攜式耐熱水樽、Choonsik 環保購物袋及 Little Ryan & LittleApeach U形頸枕。更可於指定周末開放的韓式D.I.Y工作坊，一同享受手作樂趣。Ryan更會於12月指定日子驚喜現身，與忠粉近距離接觸大拍開心合照。

■ KAKAO FRIENDS
登陸Mikiki。

■ KAKAO FRIENDS
萌爆角色登場。

■ 指定周末開放的
韓式D.I.Y工作坊。