

東寫西讀

法國杏仁餅

我不大喜歡吃甜食，但頗喜歡一種微甜食品：「Macaron」。該詞雖原是個意大利字，但實際上卻是一種古老的法國杏仁甜品，有人估計它甚至已超過一千年歷史！

「Macaron」多以十二件出售。在世界各地均極受歡迎，如今在很多國際機場有售——據《華爾街日報》報道，世界各地之中，以東京的法國杏仁餅最是昂貴；其日本名稱爲「マカロン」。（讀音類近「Macaron」，沒有「L」音），在池袋經常大賣。看來日本人並非僅僅鍾情美國貨品，對法國食品也同樣垂青。《華爾街日報》的記者到東京，發覺法國杏仁餅的均價要二千六百五十二日圓一打；即二百二十港元（平均港幣十八點五元一個）。紐約的「Macaron」也十分昂貴：二十七美元一打（港幣一百一十元）。悉尼的售價第三高：一打約售二十八澳元，即約港幣一百元一打。之後便輪到巴黎：巴黎的「正宗Macaron」

軒轅伯

去濕消痰糖水

易經緯

夏天多吃豆類，可補充體力消耗，增加營養，是夏季平補養生的好方法。很少植物能像豆類可以五色齊備的，正好配合五行，綠豆，綠屬木；黑豆，黑屬水；扁豆，白色，白屬金；黃豆，黃屬土；紅豆，紅屬火。當然，還有赤小豆、眉豆……

造物者所造萬物，不外乎金、木、水、火、土五大類。紅屬火，在所有豆類中，性最熱的就是紅豆，所以，夏天吃紅豆並不適合，偶然吃一碗紅豆沙問題不大，因為有糖與陳皮調和了熱性，但用來煲湯，就略嫌燥熱一些了。同樣是紅色的赤小豆，則較為溫和，夏天可以放心食用，赤小豆有利小便、和胃、化濕、補肝脾、寧神、去疲勞作用。

今日介紹一個初夏的應景糖水，益心、肺、胃。

材料：赤小豆、扁豆、薏米、熟木瓜、陳皮、片糖。

扁豆先用錫略為炒一下，薏米買生、熟薏米各半，以四人量計，赤小豆、扁豆各二兩；生熟薏米各一兩，陳皮半個，片糖隨個人口味用量，冰片與紅片均可。熟木瓜半斤去皮去皮核切粒備用。

炒過的扁豆與赤小豆、生熟薏米洗淨，用清水浸泡一小時，期間要換水三次。陳皮與凍水先煲，水沸後放進各物，武火煲半小時改用文火煲一小時，下糖及木瓜粒，用勺攪拌免黏鍋，糖徹底溶化後即可。



天后誕巡遊

陳天權

香港的神誕活動多姿多采，最熱鬧莫如農曆三月廿三日的天后誕了。元朗十八鄉、屯門后角和茶果嶺等地區，當日有會景巡遊，吸引大批市民沿途觀賽。尤以元朗的巡遊活動最為鼎盛，參與人數超過二千，表演項目多元化，行走路線亦最長。若果沒有強大的鄉事委員會在背後支持，相信難以動用龐大的人力物力籌辦如此盛會。

除了陸上巡遊外，西貢糧船灣居民（水上人為主）每逢逢數年的天后誕前夕（三月廿二日），會舉行海上巡遊，穿著清兵服裝的緣首從廟宇請出天后的行身像，放在神輿內，以隆重的排場抬往座駕船，然後在衆多船隻護航下於海面巡遊一日。該處的神祇巡與陸上意義不同，目的是祭祀海上孤魂，完成了除穢儀式後，翌日慶祝天后誕。

可見天后誕的活動不一定在廟內進行，地方組織可藉着巡遊而宣示廟宇的祭祀圈，以及他們的地域範圍。巡遊表面上是祈求風調雨順，保境平安，實際上有助地方組織建立社會地位、凝聚居民、加強節誕氣氛，並提升活動的知名度，具有多重作用。



糧船灣村民隔年舉辦海上巡遊活動

細說「邪火」

思 健



大凡自然界裡的動物，冷血動物除外，在體內都燃燒著一把生命之火，如果沒有火，那麼生命也就停止了。

對於人體來說，正常之火是恆溫在一定的範圍內的，如果此火過於亢烈，那就是不正常之「邪火」。

按邪火出現的部位，中醫有將其分爲三把火的。第一把火稱「上焦火」，泛指人體偏上部位的火熱症狀，如頭昏、咽喉腫痛等；第二把火稱「中焦火」，如胃脘不適，臟腑疾患引起的煩熱口渴等；第三把火稱「下焦火」，便秘、尿赤等偏下部位的邪火之統稱。

然而也有中醫師認爲此類三把火的劃

必要的動作

胡銘堯

我以前工作過的一位同事，曾在大機構當過公關。所以，每逢準備文件派發給記者前，他都會小心檢查每一份文件，看看有沒有一頁印刷出錯。因為影印機可能出了問題，將某頁文件印得東西西倒，當然記者可以打電話問你拿過一份新的，可是這過程中公司的專業形象就會受損。

每一行業，做每一件事，都有些小動作。要做的話未必花太多時間，但卻令你自己安心得多。機會，永遠是留給最有充分準備的人。這些小動作，絕對是充分準備中最難學、但至關重要的動作！



乾隆的色地粉彩瓷

李英豪



三正酒店員工服務技能獲肯定

由東莞市旅遊局、東莞市人力資源局、東莞市旅遊飯店協會共同主辦的2010東莞市飯店業服務技能大賽日前隆重舉行。三正集團旗下塘廈三正半山酒店、樟木頭三正半山酒店、橋頭三正半山酒店的參賽代表登場，憑藉超卓技術和精采的表現，榮獲了五個一等獎，並囊括團體獎前三名，成爲本次大賽最受矚目的代表隊。

19名三正參賽者獲獎

塘廈三正半山酒店、樟木頭三正半山酒店、橋頭三正半山酒店的代表隊共24名選手參加了此次技能大賽。經過兩天半的激烈角逐，三家酒店的選手以流利的英語口語、職業化的儀表儀態、嫺熟規範的技能操作以及良好的職業形象，在衆多比賽選手中脫穎而出，豪取了四個單項賽事八個一等獎中的五個，24名參賽選手有19名獲獎。

另外，在本次大賽組委會特別聯合東莞陽光旅遊網設置的網絡票選活動中，塘廈三正半山酒店的杜二槍以390968票、樟木頭三正半山酒店的夏婷以334577票獲得了「東莞飯店微笑之星」的稱號；在「最有創意的宴會擺台」評選中，塘廈三正半山酒店的作品「藍色水晶宮」，擺台設計搭配以高檔海鮮食品爲主，運用益壽糖凝煉技術，製作熱帶海底珊瑚，用藍色砂糖營造海底沙丘，並通過燈光的照射映襯出晶莹剔透、五彩繽紛的視覺效果，帶給客人有置身於海底仙境般的感覺。此作品最終以521343高票數獲得了「最有創意的宴會擺台」的第一名。橋頭三正半山酒店的作品「荷香文化」也以第二高票的446557票獲得了「最有創意的宴會擺台」的稱號。



主辦單位：東莞市旅遊局、東莞市人力資源局、東莞市旅遊飯店協會
合影：三正集團酒店員工參加比賽

澳門月杪辦世界挑戰日

應「國際大衆體育聯合會」的邀請，由澳門特區政府體育發展局及民政總署合辦，澳門衛生局協辦的「2010世界挑戰日」將於本月二十六日星期三在澳門舉行。

主辦單位於日前舉行記者招待會，向公衆介紹是次活動細節及安排。澳門特區政府體育發展局發展廳廳長林連福、民政總署文化康體部部長蔡志雄、衛生局醫生陳丹梅等出席。

根據抽籤結果，本年澳門的對賽城市爲巴西索洛卡巴，按「國際大衆體育聯合會」的規定，只要在活動當日早上七時至晚上九時連續進行十五分鐘任何形式的體育活動，就可向主辦單位報上參與人數，匯集總人數再向「國際大衆體育聯合會」申報，以對賽城市的參與人口比例決勝負。當日不論在澳門任何地方，凡連續進行了十五分鐘體育運動、康體遊戲或體能等活動的團體或個人均可



主辦單位召開記者招待會

參加。主辦單位更於上午八時十五分及下午五時三十分，分別假澳門祐漢公園廣場及議事亭前地設置表演助興活動，鼓勵市民參加。

活動當日上午七時至晚上九時，體育發展局和民政總署將會免費向公衆開放轄下體育場地，希望吸引更多市民參與這項富有意義的活動，一同「齊運動，健體魄」。

黃迪威

工商資訊

新界總商會舉行董事會會議



新界總商會會長張德熙（左十一）、主席王振聲（左十三）致送紀念品予主講嘉賓劉吳惠蘭

新界總商會日前在九龍喜來登酒店四樓清廳舉行第八屆董事會第一次會議。當晚並邀請商務及經濟發展局局長劉吳惠蘭太平紳士蒞臨擔任主講嘉賓。

當晚到會的新總首長包括：榮譽會長：黃友嘉、孫啓烈；會長：張德熙；主席：王振聲；副主席：周華焯、王基源、黃紹剛、陳耀宗、何光耀、徐振文、梁鐵夫、齊光華、余啓榮；副主席：鍾海生、張詠儀、李國強、蕭金蓮、葉曜丞、湯修齊、黃志源、朱德榮、王廣漢、李飛熊、王文漢；中醫顧問：張漢明；當然董事：莊金寧、譚見強、馮永球；嘉賓：商務及經濟發展局新聞秘書葉惠娟、中國銀行新界東工商中心經理潘廣源、中國銀行新界東工商中心高級經理鄭永

抓緊兩岸三地發展機遇

商務及經濟發展局局長劉吳惠蘭太平紳士藉着剛踏入新一年的財政年度，於演講中先行回顧香港過去兩年的經濟表現及數據，經歷了2008年金融海嘯洗禮後，香港人度過了艱難的

全新BMW5系列隆重登陸澳門

第六代全新BMW5系列日前登陸澳門。該系列房車已於今年的第80屆日內瓦國際車展「International Geneva Moto Show」上展示，成爲衆人焦點。寶馬汽車（澳門）有限公司亦率先在澳門市場展示。首批引進車型爲：523i、528i、535i及530d共4款車型，豐富多樣的車型選擇，展現不同面向的非凡魅力。

爲慶祝期待已久全新BMW5系豪華行政房車的登場，寶馬汽車（澳門）有限公司日前假澳門旅遊塔中心四樓大禮堂，舉行盛大的歡迎酒會及新車發布慶祝盛典。邀得德國寶馬汽車公司北京代表處（香港、澳門、台灣）進口商務部銷售產品及定價經理安德克、森那美香港有限公司（汽車業務）董事總經理吳開強、寶馬汽車



嘉賓主持新車揭幕儀式

（香港）有限公司董事總經理郭立榮、以及寶馬汽車（澳門）有限公司總經理許健忠蒞臨，作爲當晚的主禮嘉賓，主持新車揭幕儀式。逾百名嘉賓及BMW擁躉，一同見證BMW邁進新的里程。大會更安排了精采表演，場面熱鬧。 丁曉萍

澳門弱智人士家長協進會實旗籌款

澳門弱智人士家長協進會將於本月八日、九日舉行「第十三屆實旗籌款活動」，並於日前舉行記者招待會，向公衆說明活動目的及善款使用範疇。出席者包括澳門弱智人士家長協進會會長劉玫瑰、澳門弱智人士家長協進會行政總監廖秀華、曙光中心主任陳秀媛、曙光中心主任何宏峰、康樂中心主任吳婉寧。是次記招更舉行義舉捐贈儀式，主辦單位接受金沙中國有限公司捐出善

款澳門幣十萬元。

據主辦單位表示，協會連同轄下三個中心的服務經費雖得政府資助70%，但礙於近年人力資源緊張，並需投放大量資源在優化服務質素上，故財政支出龐大，需要社會各界人士慷慨解囊。經費除了日常運作支出外，還會用作推動《殘疾人士就業發展資助計劃》，促進殘疾人士就業機會。

黃迪威