

責任編輯：李 焯

伊斯蘭開齋節 陳天權

與你同遊

全世界的伊斯蘭教徒經過一個月齋戒後，最近慶祝開齋節。這是伊斯蘭教（又稱回教）最重要的兩個節日之一（另一個是宰牲節）。在開齋節早上，我到了中環些利街的清真寺參觀，寺內坐滿教徒，如此熱鬧景象平時難得一見。祈禱過後，他們互相祝賀，之後親友相聚，開懷盡吃，像中國人吃開年飯一樣。

非教徒可能無法理解，他們如何在整整一個月內每天只吃兩餐？《可蘭經》指出，在齋戒月內，成年健康的教徒由破曉至日落期間不可進食，不可飲水，亦不可行房。對於需要上班工作的人，便要一早摸黑起床，吃點東西後再睡一會，之後直到傍晚才能吃東西。

一位穆斯林告訴我，齋戒的目的是控制個人心中慾望，禁絕至念，藉此改變以往的生活習慣，鍛煉自己的意志力，這樣在精神上可與真主更加接近。另一個目的是讓教徒體驗窮人飢餓之苦，開發憐憫和感恩之心。從現代的角度看，禁食一段時間有助減輕身體的負擔，使器官有機會調整休息，清理毒素。當齋戒期完結後，意味著生活重新開始。

古老的宗教有源遠流長的習俗，而節日慶典最能反映宗教的特色。香港的穆斯林有二十多萬，當中不少是土生土長的人，說得一口流利的廣東話。雖然他們已融入香港生活，但仍努力保存自己的傳統風俗和文化特色。由於這個族群人數少，故此一直不為大眾注意。



香港的穆斯林在開齋節開懷吃喝

微言博語

看雲素拿達力 (Vincenzo Natali) 的作品，總是懷著被震撼的期待。自從一九九七年的《心慌方》(Cube) 放映後，十多年來香港觀眾都沒有機會接觸他的其他作品，事實上拿達力的作品並不多。今年的新戲《接種》(Spore) 不過是他第四部長片。

「一直忘不了初看《心慌方》時的震撼。這個場景簡單的電影，其實是在導演家中車房拍攝而成，主角無故被困在一個立方體內，他們兜兜轉轉，希望逃離立方體，但場景來去其實只有一個，卻拍出震撼又絕望的感覺。立方體沒有出路，大抵導演也覺得人類沒有出路吧。」

接種的種？ 洪嘉

《接種》並不是我喜歡的片種。一看劇情簡介，瘋狂科學家夫婦利用基因改造技術，創造出一個半人半獸的「怪物」，然後，不必看簡介也能猜到接下來劇情的發展。怪物失控，然後人類通過種種努力而取得最後的勝利。可是拿達力的名號卻讓我期待進場看看，他到底能拍出些什麼新玩意來。於是，確實是被震撼了。劇情其實有點爛，故事的起承轉合也很老土，可是在心理的處理，在場景的營造上，拿達力那種對人類未來的絕望的冷酷描述，依然有力。科學家夫婦與怪物之間的微妙關係，讓觀眾一早便知道這將會是一個悲劇結局；可是荷里活片慣用的手段——主角最後的大獲全勝與贖罪——在片中完全看不到，看到的仍然是醜陋的自私自利與向滅亡的腳步。

東寫西讀

納豆闖美國

日圓一再創出兌換美元的新高，但因為日本政府知道國家主要依靠出口日本產品賺錢，所以也預料了如何處理兩種可能出現的情況：其一，是日圓不斷升值；其二，是出現「雙底式衰退」——現時的结果，既是日圓升值，是故亦已經在兩者之中，相對較輕微的負面影響。《金融時報》報導，把日本所有企業的出口訂單加在一起的結果，約有一半出口至中國及東南亞國家的訂單，已「早訂定了以日圓結算」，所以日圓上升的短期影響也可控的範圍之內。

不過，日圓若再多持續高企一季，日本經濟一定會進一步萎縮；一方面，日圓已逐步減少；另一方面，日圓高企總會令出口愈加困難，也會令不少企業索性到海外投資，以求減低運輸費用——除了大企業外，很多中小企業也有趨勢。

軒轅伯

《華爾街日報》便報導，最近有日本廚師專誠前往美國加州，開設「納豆工場」，成為一時佳話。

「納豆」在香港的日本超級市場也有出售，黃色而帶黏液，且有很強的發酵味道！通常一盒裝有三小杯，但因為是急凍裝的納豆，只可以存放在家中的雪櫃數星期。而為納豆開拓美國市場，主要是日本廚師覺得，美國人都想吃便宜又有營養的新鮮食物——因為美日兩國的經濟都不太行，納豆正因為是「高效用」的食品，所以也許能開拓美國新市場。

納豆包含促進新陳代謝的維他命B₁₂，也有抗氧化的維他命E，亦有一種特殊酵素，可能防止血管閉塞。事實上，一客分量的納豆跟一客同等分量的牛肉所提供的蛋白質，是一樣的，但前者卻沒有那麼多膽固醇及卡路里，因此是減肥佳品！

但前者卻沒有那麼多膽固醇及卡路里的問題，就有納豆那怪異的氣味。在香港可買得到的小杯裝，一般會加上芥末及波油才進食。至於在美國，則有一間位於三藩市的米芝蓮星級餐廳，建議加上入橄欖油及蛋黃醬來吃，且看納豆能否真的攻進美國市場！

較田黃更罕的白田 李英豪

問性問情

有些初學玩福建壽山石人士，以為「田黃」必為「金黃色」才珍罕和值錢，而不知道田石中還有「白田」、「紅田」及「黑田」，其實它們同樣稀貴難求，尤其是前二者的圓雕人物與名家印章。筆者有緣亦有幸，早年蒐得由「薄意大師」林清卿雕刻的一方「橘皮紅」印，色調濃紅帶紫黃，為凝靈鮮艷和細膩溫潤的「正紅」；此後就難得一遇了。

「紅田」比「白田」、「黑田」珍貴，「正紅」者絕少。若非上品，林清卿並不會貿然地熱坊間矚目者均屬「煨紅」，不是長久經天然地熱蒸成；卻因人為因素受火焚燒，使一般田石表面之二氧化鐵急速地變紅而已，並非真正「紅田」。

筆者亦喜愛「白田」，有些似「水晶凍」，但溫潤通透，較普通田黃凝靈。它們多產自上坂及中坂，蘿蔔紋（田石特徵之一）特別明顯易見，而且綿密，不似「黑田」那麼粗。其實「白田」在田黃石中乃千中不一，由於識貨者甚少，價反不及一些常見田黃；皆因田黃價格較人為「炒起」，求過於供；兼且一些「白田」為材，神態活現；而石本身卻極富玩味。



登陸紐約 吳昊

亞洲中國電影院（或迷你影院）紛紛放映歐陸中心藝術影院，討好知識界及優皮一族。

所以，往荷里活活途崎嶇，當年以紐約為拍片基地的著名導演馬田·史高西斯（《土司機》、《美版《無間道》）向吳宇森致敬；先在國際文化大會紐約登陸，出席為他安排的英雄片回顧展，在座談會上發言，接受傳媒訪問，到一兩所大學演講，務求做成一種文化現象，總之搞到有聲有色，無須操之過急，壯大聲勢後才向着西岸荷里活進發。沒錯，東岸是起著文化領導地位，新潮流現象率先在東岸登陸，再經傳媒渲染，頓時變得矚目，令士氣橫秋的西岸也都另眼相看，忍不住向你招手，試探你的賺錢能力。當然，電影界最為現實，能夠替老闆賺大錢，就算閣下是外星人也來者不拒呢。

人間百貨

人間壯舉，吳宇森是第一個勇闖荷里活龍潭虎穴的香港華人導演。

其實，上世紀以荷里活為首的美國電影工業是相當保守，非常排外的，國內戲院皆放映本土電影，亦限制外國片進口，至於港產片只可能安排在唐人埠一兩家小影院放映。有說天下間最「老土」的觀眾，非美國人莫屬，他們不會知道誰是黑澤明，誰是杜魯福，他們被「訓練」成本土電影的忠實擁護者。但世界上好電影多得，堂堂大國總不能淪為文化自閉，於是東岸的文化大埠紐約（尤其曼哈頓區）可就任重道遠了，每年大搞國際電影節，而大學的電影會，市

詳解初榨橄欖油 思健

青睞橄欖油。家庭主婦越來越油是最健康的烹飪用油，地中海飲食中的一「主菜單」即是橄欖油，當地人不但壽命長，而且罹患心血管疾病的人少，這都歸功於橄欖油。

然而當人們到超級市場選擇的時候，卻發現橄欖油的品種奇多，茫然不知如何選擇。橄欖油的品名前都有些最靚的字，如「純」、「精煉」、「特級」……再者就是橄欖油的產地，意大利和西班牙等。那究竟怎樣的橄欖油才是最好的呢？那些曾幾何時出現「初榨」、「冷壓」及「未精製油」等，一些似乎質量平平的形容詞，後來卻被解釋為最佳的橄欖油。

這是怎麼回事呢？原來，橄欖油的榨取如同鮮果果汁。從採摘到壓榨的時間當然是越短越好，而且初榨的含義還在第一道榨汁，不用高溫，不做任何精製的純化與過濾，故是最香純最富營養價值的好油，令其他字眼黯然失色。

初榨橄欖油的顏色一般都有較深的黃綠色，因為榨取的橄欖越青澀，橄欖油會呈綠色並有特殊香味。在口感上，初榨橄欖油具有甜、苦、辣的混合口感，初入口有淡淡的甜香和果香，然後是苦澀的草香味，入喉後會有一點辣感。

好的純初榨橄欖油發煙點也較高。發煙點就是當油溫超過此溫度，油的化學結構會改變。話雖然這麼說，但它還是適宜用作涼拌或在菜餚上淋油為佳。

醫學養生

大公網廣告價目

版位	規格	價格(元) (每月計) HK\$ (港幣)
首頁通欄廣告 可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容	468x60pixels(15K)	\$48,000
首頁面指定位商標旗幟廣告 可擊點接連網址	120x50pixels	\$25,000
其他頁面通欄廣告 可擊點接連網址或 開啟廣告詳情內容	468x60pixels(15K)	\$22,000
首頁內廣告	不固定	\$30,000
國際、國內、港聞、財經、 娛樂欄目頁內廣告	不固定	\$25,000
其他欄目頁內廣告	不固定	\$15,000
其他網頁商標旗幟廣告 可擊點接連網址	120x50pixels	\$15,000
豎形廣告可在各欄目首頁及 內文頁的左右兩旁指定位置 彈出窗口(當進入網站主頁 面時，同時彈出一個廣告 視窗，裡面顯示廣告內容)	60x120pixels 不固定	\$15,000 \$50,000

廣告製作費用
 A. 通欄廣告：HK\$2500-3000元/幅
 B. 旗幟廣告：HK\$800元/幅
 C. 豎形廣告：HK\$1800元/幅
 若同時徵訂《大公報》廣告，本網廣告價格大幅優惠。

品味香港 了解祖國 洞觀世界

takungpao.com

大公網

目均點擊率1000萬次以上，受眾遍及中國內地、港澳、台灣，以及美國、加拿大、澳大利亞、韓國、日本等國家和地區。

歡迎瀏覽並惠賜廣告

大公網網址：www.takungpao.com
 大公手機新聞：3g.takungpao.com

聯繫電話

香港：852-28310500	南京：25-3243655	重慶：23-63628921
北京：10-68001032	瀋陽：24-23128388	西安：29-87291924
上海：21-62789301	濟南：531-8589548	成都：28-85557928
廣州：20-87362846	大連：411-2815063	雲南：871-4199577、4179318
深圳：755-82077232	吉林：431-8630954	海南：898-66735188
福州：591-7535147	哈爾濱：451-82328241	澳門：853-66699931
杭州：571-87151207	武漢：27-85761302	

大公網深圳電話：755-26648947，26407878轉191 電郵：tkpkcc@takungpao.com