周志康

入行17載 從青澀少年到全能藝人
家庭事業並行追夢

演藝潮流

入行17載，周志康的演藝軌跡由昔日於《超級巨聲》的青澀小伙子，逐步蛻變為拍劇與主持兼備的電視藝人。今年他毅然踏上無綫音樂眞人騷《中年好聲音4》的舞台，憑藉多年歷練積澱的唱功與感染力再度走進大眾視野，事業迎來新高峰。工作邀約隨之湧現，除常駐處境劇《愛・回家之三代同糖》外，亦參與了台慶重頭劇《璀璨之城》的演出。今年37歲的他，重燃對音樂的火花，亦感激太太多年來的支持。

文霏霏



▲今年周志康踏上無綫音樂眞人騷《中年好聲音4》的舞台。 周志康IG圖片

周志康小檔案

- 37歲
- 2009年參加《超級巨聲》入行，簽約無綫旗下成為藝人。
- 2025年以「企鵝人」的蒙面身份參加《中年好聲音4》，獲得第8名。
- 演出作品：《愛・回家之三代同糖》《璀璨之城》《中年好聲音4》等。



▲周志康與太太已結婚12年，有兩個女兒。 周志康IG圖片



▶周志康已經入行17年。 文霏霏攝

回想19歲參加《超級巨聲》入行的時候，周志康以「死嚟仔」形容自己。如今重返大型歌唱比賽舞台，心態與實力已不同了。他坦言：「當時沒時間去吸收，純粹做了就做了，比賽完了就完了，但亦因為帶着這麼多年在這個行業累積的經驗，再擺上台的時候，當年的阿康對比現在的阿康，由純粹唱歌變成懂得演戲，再做主持，自覺是成熟了。」

「哥哥一直是我前行的依靠」

原先一直以當歌手為目標，但卻在公司安排下轉戰主持與戲劇領域，周志康直認初期曾陷入自我懷疑的迷惘期。但他感謝公司給予的密集磨練。「剛開始又不會不開心，只是不習慣，因為以前的我不論是說話、做主持或者演戲，始終都是白紙一張，當你很多東西都不擅長就會不自信，不自信就不會特別開心。但公司給我很多工作可累積一些經驗，令之後的路走得更加好。」

與周志康形影不離的雙胞胎兄長周志文，兩人自小生活圈子與興趣都十分貼近，在圈中並肩作戰多年，從未因外界比較而產生隔閡，超越一般手足的深厚默契。

周志康形容兩人之間並無長幼之分，彼此既是玩伴亦是人生導師：「大家都知道他是我哥哥，但我們沒有一個哥哥和弟弟的身份，總之是阿文和阿康！很幸運我們的兄弟情很好，沒有什麼拗撬，又玩得很開心，興趣一致，朋友都是同一班。哥哥一直是我前行的依靠，我離不開他，他也離不開我。」

周志康26歲便與圈外女友共諧連理，在演藝界中，藝人如此早婚實屬罕見。不過，他從未打算隱瞞感情狀況，早於參賽初期便坦蕩公開戀情。「我參加《超級巨聲》之前，已經和太太拍拖，其實她曾經不鼓勵我參加的，她怕我會拍拍屁股就走了。但我不覺得我的感情、人生的部署會被工作影響，很早期粉絲已經知道我有拍拖，真的因為我的表現而喜歡我。以前都會有人覺得我單身會好一點，但我就是我，我就是一個有太太、有小朋友的一個人。」

結婚12年讚太太「為母則強」

今年與太太已結婚12周年，周志康表示習慣以最直接的言語和擁抱向妻女傳遞愛意。談及夫妻相處之道，他坦言喜歡家裏充滿愛的感覺，特別是有小朋友，每天會跟她們說「Love You」，會錫她們、會攬她們，這個是他一向的習慣。與太太的相處，拗撬一定有，因為相處得越久，耐性就會被磨滅，始終有很多相處上很細微的東西，都可以觸發對方，唯有盡量做好自己可以做的事，做得不好就說句「不好意思，對不起。」他相信相處就是不斷的磨合，每一天都有新鮮事，盡量心情好些，大家笑着過日子，這都是一個學問。

談及太太的付出，周志康流露出由衷的敬佩。尤其在參與《中年好聲音4》期間日程緊湊，全賴太太將家中大小事務打理得井井有條，令他得以無後顧之憂地投入比賽。「我覺得她是非常善良的女孩子。以往我們去吃刺身，有時候有活魚刺身，她看到活魚是會哭的，覺得很慘。她會幫助身邊人，會打抱不平，我都很欣賞。」他表示參加《中4》時，完全沒有時間，太太真的把家庭打點得好好，以往他認識的太太，其實是一個「嚟妹」，他都曾經想過對方是不是一個好的結婚對象？但事實證實她真的做得很好，阿康說：「『為母則強』是真的，變了媽媽之後，她亦更加好，打點得太有條理，我都在當中學習，盡量去互相配合。」

育有兩名女兒的他，又是一個怎樣的爸爸呢？他指自己並非傳統的嚴父，而是與孩子平等溝通、賞罰分明的朋友。即便大女兒即將踏入12歲青春期，他依然珍惜每一次親近的機會。他笑說：「我是天使，又是魔鬼。我是全屋最寵她們的人，亦都可以是最惡的人。人不會只有一個面向，我不鼓勵一個做醜人、一個做好人，總之乖我就會笑，頑皮我就罵，會賞罰分明。」他覺得作為爸爸也不是永遠都高高在上，如果他罵得不對也會道歉。

轉眼間，周志康已37歲，談及未來目標，在他心中，家庭永遠佔據首位，而幸運的是，演藝事業既能讓他實現自我，亦足以支撐起整個家。「一定是家庭先行，因為我這個責任是永遠的，總之我女兒永遠都是我女兒，我太太永遠都是我太太，這個責任是不可以放下的。我很慶幸我的夢想和我的工作是同一件事，而且是會有回報的。當然未必出了一百分的努力，就可以得到一百分的收穫，但我相信船到橋頭自然直，經過了那麼多年的洗禮，我覺得自己在這一行是可以行得到的。」他亦特別感激太太支持，他當然覺得家庭比較重要，但在追夢的過程當中，工作亦都支持到他養家，所以未來可以一齊並行，繼續追尋自己的夢想。



▲周志康參與台慶重頭劇《璀璨之城》的演出。 劇照

▶周志康與雙胞胎兄長周志文在圈中並肩作戰多年。 周志康IG圖片



大小廚房

今年的世界50最佳餐廳（The 50 Best Restaurants）榜單發布可謂命途多舛，原本要在阿布扎比舉辦的儀式由於地區戰爭而改到了十萬八千里外的秘魯首都利馬，這對於歐亞大陸的餐飲人而言無異於增加了參與的難度。不過雖則頒獎典禮跑去了南美，但大中華區對於榜單的關注度卻屬歷年最高。近幾年，越來越多的大中華區餐飲人開始關注這一榜單，且表現出對參與這一榜單的極大興趣。這對於中餐更快被世界看到無疑是有正面作用的。

徐 成

四家餐廳上榜 中餐在國際舞台展現魅力

——觀2026年「世界50最佳餐廳」榜單有感

11月4日，2026年世界50最佳餐廳的榜單結果於秘魯利馬的市政劇院（Teatro Municipal de Lima）宣布，位於西班牙巴斯克自治區比斯開省阿特克松多（Atxondo）小鎮的燒烤名店Asador Etxebarri終於榮登榜首。按照世界50最佳的規則，去年獲得第一的Maido進入名人堂，不再參與競爭，後續Asador Etxebarri也將退出榜單競爭。本年度榜單中，大中華區有4家餐廳入圍，而且是4家中餐廳，這是世界50歷史上從未有過的。這一結果也是近兩年中國餐飲人積極參與這一榜單的體現；而結果本身對於中國餐飲人，尤其是中餐從業者是極大的鼓舞——中餐不僅可以登上世界舞台，而且理應站在世界餐飲之巔，與各國料理共享應有的國際認可和了解。

中餐需要被看見

想早年間，進入世界前50榜單的大中華區餐廳僅有香港的Amber和8 1/2 Otto E Mezzo Bombana，以及後來上海的Ultraviolet，這三家餐廳均為西餐。當時，中餐在這個榜單上是缺席的。這一現象顯然不符合中餐應有的國際地位，以及中餐廳的實際發展情況。任何的榜單都有自己的競爭規則，只能說在相當長時間內，大中華區的中餐廳並沒有進入到50最佳榜單的競爭中。對於外國食客而言，中國無疑是神秘而難抵達的，外界對中餐的認知則總被唐人街烹飪的迷霧籠罩着，未能在國際舞台上展現其真正魅力。

過去十年是中餐蓄力和逐步往外走的重要十年，國際食客對於中國餐飲業的認知正在逐步提升，不僅港澳台、北上廣深成為了眾多美食愛好者的覓食目的地，蘇浙雲貴川也逐漸成為許多國際食客的尋味處。今年的榜單中，大中華區排名最高的餐廳是鄭永麒師傅主理的永餐廳（Wing），位列第5；老牌名店大班樓位列第6。內地餐廳中，遇外灘北外灘店首次入圍世界50便躍至21名，位列內地餐廳第一；杭州的如院則名列36。這是中餐在世界50最佳舞台上大放異彩的第一年，相信未來將有更多優秀的中餐廳被國際食客看到。

我向來認為，國際榜單的意義在於對話與交流，而不在於尋求外部的認可。「尋求認可」這一訴求本身就隱含了不平等的對話關係，這是中餐從業者一定要警惕的。中餐的發展不應該基於尋求外部人士的認可，中餐自身也不需要西方世界的所謂認可。中餐需要的是被看到，被了解，從而站上一個可以施展其自身魅力的舞台。

廚房才是眞正戰場

亞洲區排名最前的是位列第2的Gaggan，而今年在亞洲區榜單中重回第一的大班樓本次世界的排名位列永餐廳後，從中可以看出，世界50最佳的投票人組成與各大洲單獨榜單的投票人構成並不一致。以亞洲50最佳榜單為例，據說去年開始各分區投票人人數會根據所在分區的人口以及餐飲發達程度有所不同。但根據the 50官網的信息，世界50最佳榜單的投票人各個分區都是統一的40人，全球有28個分區，投票人數與構成與各大洲榜單自然有所不同，這顯然會導致大洲榜單與世界榜單的不一致。

大洲的分區而言，歐洲21家，亞洲15家，南美洲10家，北美洲2家（含墨西哥），非洲1家，大洋洲1家。顯然歐洲依然是傳統的精緻餐飲重鎮，一方面國際餐飲整體仍是西方中心的，但另一方面也必須承認歐洲歷史悠久的精緻餐飲傳統仍具有很強的底蘊和競爭力。亞洲和南美洲的餐廳今年的表現十分搶眼，亞洲區的餐飲人在單項獎上也取得不錯成績。最佳甜品師花落泰國的Dej Kewkacha，最佳侍酒師則是今年剛獲得亞洲50最佳侍酒師獎的劉家旻（Lesley Liu）。

雖然地緣政治不確定提高，全球化進程受阻，世界的割裂在加劇，但餐飲界的交流從未停止。這幾年歐洲餐飲人也開始將眼光轉向遠東，從筆者最近的遊歷經歷而言，歐洲年輕餐飲人非常清楚世界在發生什麼，並未陷入故步自封。而從菜單邏輯，整體審美，廚房與樓面的配合度，服務的細緻度等各方面而言，中國餐廳整體上仍有許多值得向歐洲學習之處。

歸根結底，餐飲人還是應該及時從頒獎典禮的熱鬧中抽離，把重心落在產品上，廚房才是真正的戰場。

（作者為飲食作家；圖片源自官網）

2026「世界50最佳餐廳」名單（部分）

排名	餐廳
1	Asador Etxebarri 西班牙
5	永（Wing） 香港（去年排名11位）
6	大班樓 香港（去年排名19位）
21	遇外灘北外灘店 上海（首次入圍）
36	如院 杭州（首次入圍）



◀遇外灘北外灘店的紅蟳糯米飯。

▶如院的招牌菜金牌扣肉(秋季版本)。







▲大班樓的招牌煲仔飯。

◀永（Wing）的白胡椒阿拉斯加長腳蟹球湯。

責任編輯：寧碧怡 美術編輯：蕭潔景