

老牌米芝蓮級粵菜店靈活經營 寒冬外賣煲仔菜送暖

今年冬天真的夠嚴寒，不止天氣嚴寒，飲食業也是嚴寒，不管新店還是老店，都要想辦法求生存，保住公司已經是最大目標。有40多年歷史的灣仔生記，這間粵菜店曾經拿過多年米芝蓮星級，老闆黃立仁近日特地推出震撼價HK\$98吃花膠鮑魚撈飯，而且針對政府的晚市只到6時，他們特別做煲仔菜外賣，新推出三款家鄉煲仔菜，而招牌菜新鮮黑草羊腩煲（純腩無骨）更限量特價供應。

文：焯鈴、雨文 圖：焯鈴

家鄉菜原煲送到客人家

灣仔生記全新推出的三款家鄉煲仔菜，包括原煲客家甜梅菜扣肉、原煲懷舊花菇扣大鵝掌及原煲蝦子柚皮扣大海參，這些外賣會原煲送到客人家，讓他們有在酒樓吃飯的感覺。同時，又可保溫得久一點，希望疫情之下我們香港人可以食好啲，並可於節日期間，安在家中吃到一份與別不同的外賣及花膠鮑魚撈飯，亦可以叫廚師上門幫你煮圍菜。

老闆親自送外賣有驚喜

老闆黃立仁人如其名，做老闆事以身作則，會親自參與送外賣，更好玩的是，如果老闆接訂單，會親自送外賣，而且會有驚喜，送碟小菜。黃立仁身為老闆親自送外賣，他笑言身為長子讀書時已經在生記幫手了，送外賣也常做，長大後接手生記的生意，事事都參與，有夥計是在此打工幾十年不走的，可以想像到老闆不是刻薄之人，在疫境下他都盡力讓員工不會斷生計。加上，在剛過去的聖誕，還特

別為傷健人士中心做到會，希望帶給他們溫暖，實在值得支持。

折扣：午市自取9折，晚市自取8折。

免費外送服務：灣仔區滿\$300，大坑、跑馬地、銅鑼灣、金鐘、天后、北角滿\$500，九龍區滿\$1,000（外送無折）。

地址：灣仔軒尼詩道107-115號協生大廈1至2樓
外賣電話：2575 2239/ 5111 0276



●黑草羊腩煲



●原煲客家甜梅菜扣肉



●餐廳拿過多年米芝蓮星級



●花膠鮑魚撈飯



●灣仔老字號生記飯店老闆黃立仁以身作則，親自參與送外賣。

細味正宗星洲菜

位於尖沙咀皇家太平洋酒店的沙叻軒，環境優雅，食客可享用正宗新加坡菜餚，體驗不一樣的亞洲風味。餐廳設有室外露台和室內餐區，讓食客眺望迷人景致的同時，享用備受推崇的和被譽為全港最美味、最正宗的叻沙菜式及海南雞飯套餐，同時也有單點。

大家又可在餐廳品嚐正宗新加坡菜，如白湯肉骨茶（HK\$95）、雞、牛或豬沙撈（HK\$138半打）、招牌海南雞（HK\$498全隻/ HK\$268半隻）星洲蟹粉絲煲（HK\$438）等，除了做粉絲煲，還可以叫辣椒或胡椒蟹，都是同樣價錢。

餐廳的星洲甜品拼盤，包羅了班蘭蛋糕、椰子雪糕、馬六甲椰汁西米布甸，HK\$138兩位享用，但這個拼盤不在餐廳的自選菜譜裏，如果想吃，則需3天前預訂。

而且，餐廳還設黃金啤酒時光（每客HK\$180），包括兩杯生啤，食客可選青島或Sapporo啤酒，以及一碟黃金脆魚皮，這拌入美味鹹蛋黃醬汁的滋味小吃，配上精選啤酒，為味蕾帶來享受。如單點黃金脆魚皮也可以，每碟HK\$50。



●黃金啤酒時光



●招牌海南雞



●星洲甜品拼盤



●白湯肉骨茶



●雞、牛或豬沙撈半打



●星洲蟹粉絲煲



香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳目，能窺視你的未來，擅長各類西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍布世界各地，亦得「導師中的導師」美譽。

新年淨化運氣來

白鼠尾草是印第安人在神聖儀式用來淨化能量的神聖藥草，因其強大的淨化與保護效果聞名於世。想到要淨化能量、驅邪除煞，中國人先想到艾草，外國人會想到白鼠尾草。在西洋淨化藥草中，白鼠尾草穩居暢銷第一。

白鼠尾草通常綁成杖狀，點火煙熏，煙熏到的地方，就能得到淨化。可惜，此法會生出強烈氣味與煙霧，故使用場合頗有限制。

【白鼠尾草淨化法】

1. 準備一個小盤子拿在手上，等下可以接灰燼用。
2. 點燃手邊白鼠尾草的葉片尖端（如果是鼠尾草棒，要均勻點燃），着火後立刻揮

熄，此時白鼠尾草就會開始冒出具有淨化效果的煙。燃燒白鼠尾草，會產生大量具有獨特氣味的煙霧，這種煙霧可用於進行各種能量場的清理。

3. 針對你想淨化的地方揮舞白鼠尾草，讓煙到它要去的地方，特別是角落或是堆放雜物的地方、剛剛靜坐過的地方、大門口或玄關處要多熏一點。拿着裝有鼠尾草的盤子在屋子中繞行，特別是角落或倉儲的地方、浴室、臥室等。

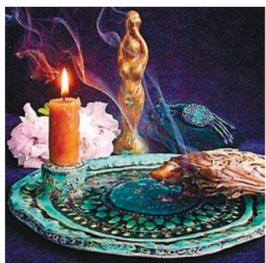
淨化空間時請先將窗戶打開，讓空氣流通；以逆時針方向繞行空間，在某些平常較陰暗的角落多停留一段時間，讓煙帶動那個場域！

4. 結束後可以自己熏一熏氣場（身體外圍），順便淨化一下自己。

頭頂上方也要記得熏，因為有些時候能量會堆積在上面（當用腦過多或頂輪塞住時）。

5. 熄滅鼠尾草：把燃燒端朝下在盤子上「戳」熄，自然它就會熄了。熄滅後的鼠尾草就放在乾燥的地方，等待下次使用。

**注意：執行任何淨化方式都需要打開房間門窗，保持通風，讓能量流動。如果外面風很大讓煙霧亂跑，可以先把空間熏完再打開讓它流通。



塔羅星座

文：BENNY WONG



各方面也得到很好的平衡，若果再在平穩中加多些努力，那就更加完美了。



女皇牌顯示了財富的豐收，早前進行中的難題，一一給你的毅力所征服。



若果真的遇上難事，千萬不要收藏心裏，一定要坦白說出來，是有人願意助你渡過難關的。



開始思考近來的方向，問題是在於自己心中所好，千萬不要錯悔當初，時光是不留人的。



大膽、任性、頑皮是今個星期的性格，不要看小自己的破壞力量，星星之火可燎原。



抽到力量牌，是提示你今個星期要量力而為，以靜制動，不宜主動出擊，宜留守待發。



今個星期魔鬼牌纏身，小心合約條文，勿亂簽文件，以免壓債大增及誤交損友呢！



病向淺中醫，縱使係鐵人也需要休息，要保持良好的身心才能繼續發光發熱。



鬥氣、鬥氣、鬥氣是今星期經常發生的，雖然無傷大雅，也令身心勞累。



有強烈的旅遊運，不妨多出外旅行走走，吸收大自然的空氣，對運程還有幫助嘍！



工作壓力頗大，工作量還不斷增加，令你有點吃不消，上司也同時對你施壓，令你進退兩難。



你說什麼話，愛侶也一一認同，甚至盲目追隨。我都話愛情是盲目、沒有理由的。