

人氣過江龍「燒牛井元祖」登陸香港 即叫即烤鐵板燒肉井風味

早前，日本超人氣過江龍「燒牛井元祖」東京チカラめし (Tokyo Chikara Meshi) 登陸旺角鬧市開設香港首間分店，主打多達35款日式燒牛肉井、燒豚肉井及其他定食，價錢親民實惠，價格由港幣45元起，以鐵板燒即叫即烤，為食客帶來正宗、地道的日式鐵板燒肉井風味，是一眾日本人及牛井愛好者早、午、晚餐不錯的選擇！

●採、攝：雨文



掃碼看影片



●東京チカラめし海外首間分店設於旺角



●鐵板燒即叫即烤，每塊烤肉保持一定厚度。



●燒牛肉井，配以溫泉玉子，加上餃子及唐揚雞翼，夠飽！

如於旺角鬧市中行走，相信這間有着明亮鮮橙色招牌、白底黑字的東京チカラめし吸引大家視線。甫推開趟門踏進店內，烤肉香氣撲鼻而來，猶如在日本所光顧的親民日式連鎖快餐店般，在入口正前方的是U型單人吧枱，可坐8人，同時亦可見多個二人座位或四人卡位，構成一共58個用餐位置。與日本店相同，店內枱面擺放着琳琅滿目的調味料如醬油、和風汁、沙律汁、辛味醬、山椒粉及七味粉，讓食客自由配搭燒肉井享用。

提供多款井飯組合

香港首間分店設在THE FOREST地舖，有別於傳統汁煮牛肉井，店內所有日式燒肉井均以鐵板燒即叫即烤，燒至微焦後淋上特製醬汁，香氣撲鼻，

顛覆了大眾對牛井的傳統印象。加上，餐廳經過嚴格挑選的每塊烤肉均達指定厚度，香烤後口感十足，加上其肉味香濃、肉汁豐盈，倍添滋味。店內提供超過25款日式燒牛肉井及燒豚肉井選擇，可隨個人喜好揀選正常分量「並」(普通碗)或肉類增量25%的「大」(大碗)。另外，亦有定食提供，每款套餐配有白飯、沙律及味噌湯，分量十足、種類豐富。而且，更有近10款其他井飯及定食可供享用，由咖喱飯、唐揚炸雞定食、吉列豬扒定食至重量餃子定食等應有盡有，食客可另加錢配搭日本生玉子、溫泉玉子或泡菜等，讓食客盡情享受來自日本的日式鐵板燒肉井風味。

例如，值得推介的招牌燒牛肉井，作為「燒牛井元祖」的招牌菜式，招牌燒牛肉井使用來自美國的牛腩肉製作，其肉味較濃而肉質緊實嫩滑，相對其他牛肉更低卡路里且高蛋白質，適合作為烤肉享用。另外，在井飯中，大家還可選鹽燒牛肉井、芝士燒牛肉井、

燒豚肉井等，而芝士燒牛肉井，在燒牛肉井上配上Mozzarella芝士碎及巴馬臣芝士粉，如是芝士迷不容錯過。

重量燒肉飯供選擇

如覺得自己是大胃王，可選比正常分量「並」(普通碗)肉類增量接近60%的重量燒牛肉飯及重量燒豚肉飯，重量燒牛肉飯採用來自美國的牛腩肉製作，其肉味較濃且肉質緊實嫩滑；而重量燒豚肉飯則使用來自荷蘭、肥瘦層次分明的五花腩肉，其肉質爽口、嫩滑有彈性。兩者均以鐵板燒形式即叫即烤，將烤肉加入洋葱燒至微焦後，逐一鋪在日本米飯上，再淋上由日本直送的獨家配方特製醬汁及灑上芝麻粒即成。



●重量燒牛肉飯及豚肉飯

同 期 加 映

「原條象拔蚌刺身」免費食

早前，筆者介紹過入大埔找名廚陳國強吃火鍋，其火鍋店名為「豐生水起」，以熬製多款高質湯底馳名，當中功夫繁複甚至是食客難以在家中煮製，吸引不少識飲識食的食客，加上眾多CP值極高的食材，令每位食客吃完都覺得值回票價。今個月，OpenRice還特別為會員推出優惠，免費食原條象拔蚌刺身超級抵。

優惠詳情：
星期一至四，訂座4位或以上並惠顧火鍋滿HK\$800，即送原條象拔蚌刺身。
星期五六日及公眾假期，訂座4位或以上並惠顧火鍋滿HK\$800，可以超優惠價HK\$288享用原條象拔蚌刺身。



●原條象拔蚌刺身



●鹽燒牛肉井



●配菜可加選擇



●唐揚炸雞定食



●生薑燒豚肉定食



●野菜燒牛肉定食

食得滋味

季節限定「夏之餐目」三大時令矜貴嚐鮮

炎炎夏日，日本沿海地區的魚鮮及貝殼類水產豐盛，是品嚐新鮮滋味水產的季節。今個盛夏，千兩以三款時令矜貴食材作主打，從滑嫩甜美的馬糞海膽、飽滿彈牙的鮑魚到爽口肥美的鰻鱺，貫徹餐廳精選食材的準則，帶來職人匠心設計的季節限定「夏之餐目」，以上乘頂級鮮美素材，為食客提供極盡奢華的滋味享受及圓滿的餐飲體驗。

今年「夏之餐目」設計了一系列新穎精緻的菜式，從刺身、壽司、醬炒、汁物等，一

絲不苟精心製作。美饌當然少不了得佳釀，千兩亦根據不同菜式悉心準備兩款頂級清酒，讓客人享受悠閒仲夏時光。「夏之餐目」由即日起至8月1日於千兩全線分店供應。

當中精選菜式，如DIY馬糞海膽、馬糞海膽大吞拿魚腩卷、鮑魚壽司配海苔醬、馬山椒炒鮑魚、日式鮑魚茶壺湯、鰻鱺壽司、鰻鱺沙律伴北海道洋葱柚子沙律汁、八爪魚唐揚及焦糖年輪蛋糕等。如大家想自己弄，相信這個DIY馬糞海膽可滿足你。其味道濃厚



●DIY馬糞海膽



●日式鮑魚茶壺湯



●馬糞海膽大吞拿魚腩卷迷你壽司



●馬糞海膽墨魚卷



●鮑魚壽司配海苔醬及鰻鱺壽司



●季節限定「夏之餐目」

甘甜、口感奶滑。每份DIY馬糞海膽包括紫菜、壽司飯、青瓜絲及三文魚籽，連同分量十足的馬糞海膽，食客可自由搭配不同配料，自行調校所需分量，帶來原汁原味的奢華玩味享受。

至於馬糞海膽大吞拿魚腩卷迷你壽司，職人擅長以多款時

令魚鮮創作驚喜搭配，先在海膽殼內放上溫潤黏糯的壽司飯及入口即溶的大吞拿魚腩卷，置上鮮甜帶回甘的馬糞海膽，最後以粒粒飽滿的鮮亮三文魚籽作點綴即成。此品層次豐富，口感變幻無窮，賣相吸引且新鮮感十足，打卡一流。

●採、攝：雨文



禪悟居士，正職與玄學、術數無關，信奉藏傳佛教，自初中開始在「玄學發燒友」父親耳濡目染下接觸面相、紫微斗數、八字等知識，再經父介紹認識了教授佛法之恩師，除學習佛學之外，恩師亦傳他文王卦及陽宅風水至今35年頭。2013年通過禪定，悟得前所未有的契悟，終明白了五行與際遇實相之間的關聯性，像石破天驚一樣，整合了一套獨一無二、與宇宙本體相應的禪悟姓名學，依此因緣，祈以公開部分千古未傳姓名學之奧秘，望有緣人得到裨益！

facebook: 禪悟—千古未傳姓名推命學

東晉建立正值風雲際會時

晉武帝司馬炎，姓名五行為戊己乙，「炎」字中有隱藏五行丙丁火，所以在未一統江山，內心隱藏之大志促使他勵精圖治，但一統江山後，自覺天下無事，便開始貪圖逸樂，乙木剋己土（自重、傳統價值），變成行樂無底線。當然，他的繼任人晉惠帝比他更差，終至八王之亂，西晉只歷四帝（公元265年—316年）便滅亡。中原再陷紛亂，尤其北方政權，而公元316，正值丙子歲，甲運。

公元316元，丙——(火、南方)

子
癸(北方)

1) 從歲運而言，代表南方的丙火又得到甲運生扶，明顯，相比北方的癸水，北方的地點紫氣，就弱得多，因為火大水蒸之故。

因此，西晉共歷四帝而亡，便由司馬睿，五行組合戊己辛，土生金，吐秀格，「冷手執個熱煎堆」，不怎費力就建立起東晉。

當然，晉懷帝，派司馬睿去鎮守江南時，只是兩手準備，萬一北方失手，政權可向南撤退，於是帶同了一批北方士族官員，其中最著名及最重要的士族就是王導，其五行組合就是辛戊。「辛」金乃實務主義者，而「戊」土處事亦穩健、現實。而辛戊形成土上現金格，亦見貴，而司馬睿的睿字，正是「辛」，即福分來自王姓，就契合到了！而公元317年，即丁丑歲，司馬睿得王導支持，便能登上帝位成晉元帝。

司馬戊
馬己
睿辛
丁丑
己癸辛
戊

1) 「己」司馬睿化進與王導「戊」土，均得丁火生扶，二人共同治國(有王馬共天下的情況出現)。

2) 而丁火護持的力量，又得戊癸化火坐旺。

3) 而福分「辛」吐秀，本受丁所傷，幸有癸丁沖，亦無妨阻元帝登基，水到渠成！

而王馬共治天下的情況，詳情如下：

公元307年，朝廷命鎮守下邳的琅琊王司馬睿移鎮建鄴，又任命王衍弟王澄為荊州都督，族弟王敦為揚州刺史。公元316年的十一月，愍帝向劉聰投降，西晉滅亡。

公元317年三月，晉愍帝被殺的消息傳到建鄴，琅琊王的僚屬全都上表勸司馬睿即皇帝位。司馬睿（公元276年—322年），字景文，司馬懿的長孫。十日，司馬睿於建康即位稱帝，是為晉元帝。東晉王朝正式建立。建鄴為了避愍帝司馬鄴的諱，改稱建康。司馬睿宣布大赦天下，改元大興，文武百官都官升二級。

司馬睿在西晉皇族中，地位和名望都不太高。晉懷帝的時候，派他去鎮守江南。他還帶了一批北方的士族官員，其中最有名望的是王導。司馬睿把王導看作知心朋友，對他言聽計從。

司馬睿剛到建康的時候，江南的一些大士族地主嫌他地位低，看不起他，都不來拜見。司馬睿為此常常不安，便讓王導想想辦法。

王導把在揚州做刺史的王敦找來，兩人商定了一個主意。這年的三月初三，按照當地的風俗是禳祈，百姓和官員都要去江邊「求福消災」。這一天，王導讓司馬睿坐上華麗的轎子到江邊去，前面有儀仗隊鳴鑼開道，王導、王敦和從北方來的大官、名士，一個個騎着高頭大馬在後面，這個大排場一下轟動了建康城。

江南有名的士族地主顧榮等聽到消息，都跑來觀看。他人一見王導、王敦這些有聲望的人都這樣尊敬司馬睿，不禁大吃一驚，怕自己怠慢了司馬睿，一個接一個地出來排在路旁，拜見司馬睿。

從那以後，江南大族紛紛擁護司馬睿，司馬睿在建康便穩固了地位。

後來，北方戰亂不止，一些士族地主便紛紛逃到江南避難，王導勸說司馬睿把他們中間有名望的人都吸收到王府來。司馬睿聽從王導的意見，前後吸收了一百多人在王府裏做官。

司馬睿在建康即位，這就是晉元帝。在這之後，晉朝的國都一直在建康。為了和司馬炎建立的晉朝區別開來，歷史上把這個朝代稱為東晉。

晉元帝總認為他能夠得到這個皇位，都是憑藉王導、王敦兄弟的幫助，所以，對他們特別尊重。他封王導擔任尚書，掌管朝內的大權，又讓王敦總管軍事，把王家子弟封了重要官職。

當時，民間流傳着這樣一句話：「王與馬，共天下。」意思是：東晉的大權，由王氏同皇族司馬氏共同掌握。

王敦掌握軍權後，便不把晉元帝放在眼裏。晉元帝也看出了王敦的驕橫，於是漸漸疏遠了王氏兄弟，另外重用了大臣劉劭和刁協。這樣，剛剛建立的東晉王朝內部，又出現了裂痕。

塔羅星座

文：BENNY WONG



213-194

魔術師牌令你長袖善舞，對工作絕對是事半功倍。



204-225

皇后牌令你財運不錯，既搵錢又大使，豪氣非常。



215-216

月亮牌代表情緒上的不安，將有要事令你心情十五十六。



226-227

節制牌所帶給你的反思，有時間回想前事，也可以進步起來。



237-228

高塔所為你帶來的機會，有危亦有機，一切考考你眼光了。



218-229

當皇帝牌的出現，工作會有新轉機，如能好好把握，成功自然在望的。



219-220

抽到隱士牌，學習能力特別強勁，亦不滿現狀，因此進修連連。



230-231

命運之輪指生活上出現不可抵抗的改變，準備迎接新的一天吧！



221-232

萬樣事從根基開始，若想一步成功，恐怕力有所不能了，實幹要緊。



222-233

多加留意有人正在暗戀你呢，單身人士要留意喇。



215-192

出現了死神牌，不用太擔心，死神的出現可能正代表舊患真正得到治癒了。



202-203

新機會在眼前，機會是不等人的，因為太陽牌在前方照耀你呢！