

中上環找正宗巴西與西班牙菜 享美食感受熱帶風情

香港的中上環特別多特色小館，專做外國菜，上期介紹了地中海，今期介紹巴西菜，這間店設計風格就是巴西主題，侍應身上也有一撮彩帶，客人食完離開會綁上許願彩帶，而食物和酒則充滿熱帶風情和活力。他們正推出「\$350舌尖上的巴西美食遊」，包羅了頭盤、主菜咖哩魚海鮮及生果甜品，另可自己加叫飲品和牛肉串燒、雞肉丸子，知道巴西小酒館Uma Nota推出了為期兩個月的周末限定「巴伊亞早午餐」，歡個充滿熱情的Bahia Brunch，飽到捧住個肚好滿足兼打埋卡，很優皮生活風格。



掃碼看影片

●採、攝：焯羚

巴伊亞早午餐薩爾瓦多街頭小吃



焗鱸魚鮮雜燴

雞肉炸丸子

巴西黑豆燉餃子

酸棗汁醃海鱸魚

青莎莎醬烤魷魚

牛肉串燒

雜錦甜品

瓦塔帕蝦醬配黑豆餅

香燒秋葵配蝦米



●巴西文化傳統，食客離開時綁上許願彩帶。

每年9月是巴西文化日曆中的重要月份，國家獨立日(9月7日)和國家卡莎薩日(9月13日)只相隔幾天，因此Uma Nota主廚 Gustavo Vargas就乘著節慶，整個月都慶祝著巴西文化，這個早午餐以薩爾瓦多街頭小吃為主，單是頭盤小食就有5款，以及四選一的主菜，還來個大堆頭的甜品拼盤，每款食物都好好味！

巴伊亞早午餐菜式如巴西黑豆燉餃子、酸棗汁醃海鱸魚、瓦塔帕蝦醬配黑豆餅、香燒秋葵配蝦米、青莎莎醬烤魷魚等，另可追加雞肉炸丸子\$50、牛肉串燒\$100，以及香烤八爪魚配椰奶飯(加\$20)、焗鱸魚鮮雜燴、鹽燒牛肉肉配

烤木薯粉(加\$20)及味噌椰子燒虎蝦。甜品拼盤則有雜錦甜品，飲品可選Rosuto等。其實未食之前對他們的菜沒大期望，食完就有意外驚喜，特別是牛肉串燒，雖然兩串收\$100，貴得來都值得一試。

Bahia Brunch供應日期：即日起至10月31日
供應時間：逢星期六、日和公眾假期，上午十一時半至下午四時半。

價錢：每人\$350(可額外升級)，可升級以\$195享用任飲；有泡汽酒和啤酒或\$245享用雞尾酒等。

巴伊亞早午餐預訂網址：<https://uma-nota.com>



●巴西小酒館Uma Nota入口

●侍應身上掛有一撮彩帶

●巴西小酒館特色設計

UmaNota

西班牙正宗 火焰燒帶子美味



●和牛及鵝肝配長法包

●火焰燒帶子配小椰菜及龍蝦汁

西營盤的西班牙餐廳La Paloma以正宗作招徠，所以這天特意去探場，餐廳是樓上舖，餐廳將一串串的彩色燈泡高高掛起，有點波希米亞風格，四周更有不少鳥類的擺設，還有酒吧及露天茶座，用餐可看看街景感受小區樸實的景致，給人一種截然不同的悠閒感。不過，露天茶座夏天就沒吸引力了，秋涼晚上可能受歡迎許多。

許多人都喜歡食西班牙菜，筆者試食Tapas(西班牙特色小食)，點選了幾款，分別是伊比利亞橡木果餵飼黑毛豬火腿配番茄包(\$228)，傳統的食法將黑毛豬放在番茄包上同吃，黑毛豬入口油香，且鹹鹹地，與番茄好合拍，賣相及口感都令人有好感。

煙燻三文魚配墨西哥酸豆及三文魚子(\$35)，經過煙燻的肥美三文魚配上三文魚子，配搭獨特，內裏的酸豆酸酸有甜甜的口感，作為前菜真是不錯。

和牛及鵝肝配長法包(每片\$35)，最正是上枱時，侍應在客人面前先炙燒和牛表面，當和牛呈半熟狀態時，進入口內那嫩香的和牛油脂及鵝肝如爆漿，口感都幾過癮兼好味。

另一玩火的菜式叫火焰燒帶子配小椰菜及龍蝦汁(\$158)，由廚房拿出來已經火焰



掃碼看影片



●La Paloma招牌美食



●餐廳設計像波希米亞風格

●露天茶座



●慢煮烤乳豬配椰菜仔及蘑菇

●伊比利亞橡木果餵飼黑毛豬火腿配番茄包

●西班牙墨魚汁、青口配大蝦燴飯

●巴斯克焦香芝士蛋糕配雜莓雪芭

禪居士，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

有漏的肉身菩薩梁武帝(下)

接上文，梁武帝雖大興佛教，但從他的表現及他的姓名五行，即丙庚去分析，可見他對佛法要義的領略並不算是最上乘。

其中，就有《斷酒肉文》的發表，梁武帝痛斥出家人飲酒吃肉的做法，認為「入道即以戒律為本，居俗則以禮義為先」，在他看來吃雜肉就是不慈悲。其實，在正宗的佛教義理中，只要符合三原則便可吃，(一)我不見殺，(二)我不聞殺，(三)不為我殺，就可。

否則，古時的佛陀在沿門托鉢的化緣中，哪有齋雜之分，人家有什麼就給你什麼，哪有選擇可言。

故此，佛法是講求修無心之心，要慈而不殺是應該的，但在二元相對的分野而言，就應該要打破相對的概念，所以六祖禪師慧能曾經有言，人有南北之分，而佛性則沒有南北之分，基於佛性平等，哪佛性又怎會有南北之別？！

故由達摩禪師所傳入中土的禪宗，講求「破」相的智慧，又豈能讀處二元心態的梁武帝所領略呢？

無怪乎，達摩禪師與梁武帝下述的一席話，正正就顯示了兩人層次的不同。

帝問曰：「朕即位以來，造寺寫經，度僧不可勝計，有何功德？」

祖曰：「並無功德。」(因為功德的概念定義就是無我就是功，利他就是德；而造寺、寫經等只屬善行，只算是福德，而不是功德。)

帝曰：「何以無功德？」

祖曰：「此但人天小果，有漏之因，如影隨形，雖有非實。」

帝曰：「如何是真功德？」

祖曰：「淨智妙圓，體自空寂，如是功德，不以世求。」

帝又問：「如何是聖諦第一義？」

祖曰：「廓然無聖。」

帝曰：「對朕者誰？」

祖曰：「不識。」

帝不領悟。祖知機不契，是月十九日，潛回江北。

由此可知，梁武帝對禪法的理解並不深入！從他的姓名五行組合，便知道「丙」火是崇拜，發現卻不夠深入。而「庚」金，則屬表面，而二元的概念即有高低之分，與佛法所講之眾生平等則是相反。故「庚」所代表的宗教，往往就是宣揚「我就是道路、真理、唯一的真神，除我以外，沒有別的。」這至高無上的西方「金」的一神宗教信仰。

因此，從梁武帝四次出家，便可知禪對佛法的嚮往是有的，因蕭姓屬丙火，從公元527年，丁未歲，第一次出家已是「丁」生「未」中的「己丁乙金」，丁己就是佛法。而第二次和第三次出家是己酉歲，也有己土，但要生西金。所以，以三億錢再贖回「皇帝菩薩」，後來到第四次，又用一億錢贖回來，公元457年丁卯年，木生火，也只能嚮往，最終也是身不由己！

結語，在人世間的功業而言，尤其梁武帝在宣揚佛教是貢獻良多，故有福德無邊，但在無我利他的功德而言，正如禪師所言，就是「無」，只因有「我」故！

可惜，公元549年，大興佛教的梁武帝的下場是飢渴而亡，不禁令人唏噓，時年85歲。

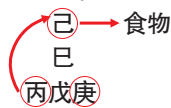
梁武帝一生傳奇，永元二年(公元500年)，為暗中尋找機會推翻東昏侯，他秘密地派人在襄陽大伐竹木，沉於湖底，直到一年後舉兵之時，馬上派人去湖底打撈起事先砍伐的竹木，讓工匠建造戰船，此即伐竹沉木的典故來由。

公元501年



- (1) 火剋金動武的意圖形成；
- (2) 由庚變辛，用商品(他的武器即「丙辛」)，在此即戰船。

公元549年



- (1) 而549年即己巳歲，「己」代表是食物，因己土生庚金(身體需要的精華)，被丙火燒焦，故無食物下肚了，於是一生傳奇就此完結。

塔羅星座

文：BENNY WONG



這星期出現了塔的牌子，代表了一些消息及突如其來的生活改變呢！



女皇牌的出現，我相信你這星期的財運都不用愁緒了，開心些吧！



看到魔鬼牌的出現，正好給自己在這星期內作出自我檢討，想想是否過度縱慾了。



千萬不要因為一己之氣而鬧事吧，因為愚者牌的出現正好代表了事情的不順及性格的反叛。



獅子座的朋友們，今個星期裏我見到有位魔術師的出現，令到你的生活變得多姿多彩呢！



本身性格已經夠晒孤僻了，現在還多隻隱士牌出現，真係好難想像你會有幾我行我素了。



這星期抽到節制牌，預料你們會因飲食失控而導致體重回升些，愛美人士小心！



命運之輪的出現往往會為事情帶來新的轉變及變化，不論如何都應該好好準備。



本星期見到吊人牌的出現，我預料你要特別注意腳部的健康問題，不然苦了的也是自己及身邊人。



星星這張牌帶着希望與光芒的信念的意思，一如牌說如你已有好好的理想，不妨大膽行事，為理想打拚。



太陽牌出現在你們這星期的運程裏，一切與小朋友及朋友聚會的都是你們運氣旺的原因。



因為這星期出現了影響你們情緒的月亮牌，它會為你們帶來不安及過敏！