

# 疫境練出好廚藝

# 趁新春展身手

3年多的疫情下，許多餐廳老闆都是苦主，不過，因此也出現了不少兩餸飯快餐小店，而且非常旺場，又因為不便外出食飯，煮住家飯而訓練出不少疫境廚神，做住家廚神都要靠好食材幫忙，香港人頭腦轉得快，開始想到做提供高質量的食材給客人訂購回家，慢慢煮慢慢嘆世界。例如，嚴選歐洲優質生蠔100%香港製造的天照金蠔和日本新鮮海產。◆採、攝：焯羚



◆主廚祝師父與香煎金蠔西多士

## 網購高質食材 自製廚師發辦



天照金蠔中式食法



◆香煎金蠔西多士



◆香港首創低溫熟成冷凍精裝金蠔

## 西班牙金蠔中西式烹調極美味

大家都知道到金蠔是新鮮蠔曬至半乾蠔，是受季節限定，「生曬金蠔」是香港獨有的美食，往往需預訂。而金蠔食用方法又是傳統菜式，例如用在盆菜上或金蠔花膠肉丸、薑葱燜金蠔、香煎金蠔等。最近有間食生蠔的專門店研發了顛覆傳統製法作出「天照金蠔」，而「天照金蠔」有中西式食法，更提供網上訂購。

據負責人介紹，他們是香港首創低溫熟成冷凍精裝金蠔，首先嚴選西班牙頂級生蠔，選用歐洲水質潔淨蠔場生產的優質肥美新鮮生蠔，水質通過當地測試，獲發衛生證明。空運抵港後，以最短時間送往本地自家工場進行加工，生蠔處理過程融合現代科技，使用紫外線消毒、臭氧水清洗蠔隻，確保衛生；再使用專業技術風乾、冷藏熟成，鎖定蠔的鮮味，透過熱和光將濃濃的蠔精華凝聚一身，可提升蠔的鮮味，全程有着嚴格的監管。

在包裝方面，亦採用了立體真空方式，可貯存在雪櫃水格，少量分袋，適合各種家庭，確保衛生，方便保存，解凍加熱後便可食用，讓客人食得更安全更安心。天照對金蠔製作的精煉要求，由篩選生蠔至完成品，金蠔的製作工序繁複，損耗甚大，經熟成後的金蠔，現時最大可有40g一隻，例如XL size (30g以上) 的，在600隻中只能製作約30隻，十分珍貴。

其特別之處是，天照金蠔適用於各式中西菜餚，如香煎金蠔、西班牙金蠔飯、節日盆菜等。金蠔本身已保留鮮甜味道，簡單加熱後可作為下酒小食。



◆天照金蠔盆菜



◆蜜餞金蠔

### 烹調方法

金蠔解凍方法：

- (1) 連真空包裝放進雪櫃解凍約24小時。
- (2) 連真空包裝用流動的自來水解凍，約10分鐘。

推薦煮法：

- (1) 热鑊下油，每面煎約1.5分鐘，不用調味即可食用。
- (2) 摄氏200度預熱焗爐，焗約4分鐘便可。

天照金蠔

網址：[www.Goldenoyster.hk](http://www.Goldenoyster.hk)

## 好意頭海產「日本開運魚」

中國人新年有意頭菜，日本人也有，香港人喜歡食日本菜已經不用多講，買日本刺身壽司回家食也很多，而歌手許廷鏗提出自己在家做廚師發辦也是不錯，開年前買些新鮮食材回家，在年初一、二食店未必開門之際，正好自己下廚招呼親友。

日本貿易振興機構旗下協會，專責推廣日本農林水產及食品的政府部門「JFOODO」趁着農曆新年前特別向港人推介三款好意頭海產：日本開運帆立貝、日本開運油甘魚和日本開運鯛魚。而JFOODO香港代表青戶直哉則與大家分享日本人享用吉利海產的文化，日本人會在新年期間食好意頭「日本開運魚」。香港人也可以訂購由日本空運來港的海鮮，希望大家多享用「日本開運魚」，新年幸運、美滿又健康！

當日，日本駐香港總領事館成瀨良枝領事，親自分享日本人新年必食三款「日本開運魚」的緣由，代表「順風滿帆」事事順利嘅帆立貝，寓意「出人頭地」嘅油甘魚，就最適合事業上有新發展；寓意「長壽富貴」嘅鯛魚，原來這鯛魚可以有40年的壽命，日本人稱為長壽魚。日本人喜



慶場合餐桌上必不可缺鯛魚，原來鯛魚這個名字跟「值得慶祝」（「可喜可賀」之意）諧音，所以被視為吉利食材。

成瀨良枝領事又說：「日本水產不但意頭好還營養豐富，可在全年的喜慶場合食用，作為美好祝願！展望未來日本將繼續藉着日本產海鮮，以美味聯繫日本與香港。」

一向愛吃日本水產的許廷鏗聽完後說：「以前睇日劇見到主角過新年或慶祝場合，總會食帆立貝、油甘魚或鯛魚，原來背後有咁多寓意！也是第一次了解『日本開運魚』的緣起。經常食日本菜的他謂食日本刺身食口感鮮甜，營養豐富卡路里不高。」

文：BENNY WONG

### 同場加映

## 富豪糕點多種類清新素食

富豪酒店廚師團隊匠心巧製經典滋味年糕，以獨家配方製作，瑤柱臘味蘿蔔糕以頂級臘腸、蝦米、瑤柱等香濃配料製作而成，用料十足，交織鹹甜獨特滋味，惹人垂涎。五香臘味芋頭糕芋香濃郁，配以臘腸、蝦米等製作，每一口都能咬到飽滿的餡料。金箔燕窩桂花糕晶瑩剔透，以矜貴金箔點綴，陣陣桂花飄香，清潤甜美。

喜歡健康輕盈口味的客人，別錯過載譽歸來的新素食糕點系列。金玉滿堂素糕甫推出隨即俘虜素食者味蕾，嚴選日本南瓜、日本花菇、雲南乾牛肝菌等素食食材，搭配賦有「發財」寓意的髮菜，交疊層次感的香味，滋味誘人且健康。

精緻凍糕椰汁桃膠蓮子糕無須蒸煮即可進食，隨時方便解饑，亦無負擔感，滋潤養顏的桃膠、

燕窩，皆是女士愛吃的美顏佳品。清香馬蹄糕亦深受食客喜愛，色澤金黃，一抹馬蹄清香，甜而不膩，味道恰到好處。清新素食系列還包括紅豆綠茶年糕，紅豆營養價值豐富，配以抗氧化的綠茶，喜愛清新口味的客人必定不能錯過。



## 矜貴新春團圓盆菜

與至親圍桌而坐，以象徵盆滿鉢滿的盆菜歡度新年新禧！富豪酒店推出3款極品鮑魚盆菜，嚴選本地南乳汁製作盆菜，濃郁鹹香中帶點清甜，選用多種矜貴食材包括澳洲原隻三頭湯鮑魚、上湯焗波士頓龍蝦、14-15頭花膠及海參等。每款食材皆由廚師團隊精心炮製，例如鮑魚需經過6小時燉煮後，再用秘製湯汁燜煮4小時，才能呈現濃郁鮮甜、色澤純厚的效果，讓客人與摯愛親朋於滋味中共賀新歲。

為滿足素食者需求，富豪酒店特別呈獻珍饈原隻素鮑齋盆菜，選用較清淡的本地南乳汁，取材珍貴且滋補的雲南天然菌類，包括羊肚菌、榆耳



◆原隻三頭鮑魚龍蝦盆菜、極品鮑羅萬有益菜

### 塔羅星座



今個星期有啲病魔纏擾你，可以多帶白水晶的飾物來預防一下。



黃水晶能令你今周的財富更見使呢，不妨考慮一下吧！



工作上出現了很多的變化令你無所適從，多佩戴茶水晶就能令事情更順利。



月亮石令你硬頸的頭腦及性情柔軟下來，更能令你人緣大放異彩。



抽到代表自己化身的正義牌，運氣無往不利，但要留意小心氣餒過盛啊！



口多多、手快快就種下了是非的源頭，可以多佩戴藍色的水晶，或多或少也有點幫助的。



工作上有點兒阻礙，緣幽靈水晶能夠有效幫到你順利過渡。



出現財赤的問題，太陽石能改善問題及加強財運，不妨多用。



吊人牌令你今周要多加留意腰背痛的問題，可以選擇對腰患有顯著功效的石榴石手鏈幫忙吧。



好好打理飲食習慣，不應暴飲暴食，不然美好身段就會前功盡棄。



天大的喜訊了，抽到女皇牌，購物都不亦樂乎，但月結單來時就苦難了。



愛發夢的你又胡思亂想了，放個綠松石的飾物在床頭，有助安寧入睡的。