

# 嵐月體驗總廚發辦的烹調藝術

## 香煎花膠扒 白松茸海膽 黑豚叉燒



香港人最喜歡試新東西，有新商場一定去逛，有新玩意都樂於一試。新開幕不久的啟德 AIRSIDE 商場糅合文化、時尚及多元綠色生活體驗及多國菜餐廳美食，目前已經進駐的餐廳中3樓的 LUNA 嵐月應該是最有格調的「高檔」餐廳。嵐月從現代感的綠洲環境裝潢到特色菜式設計，食物味道都高水準，喜歡試新東西及對食物有要求的就不能錯過，可謂一試便知龍與鳳。

◆採攝 婷婷



◆香煎花膠扒三色黎麥  
◆牛油果柚子皇帝蟹他他  
◆北寄貝沙薑漬  
◆松茸海膽越光米  
◆西班牙黑豚叉燒  
◆魚扒  
◆自家乾式熟成澳洲M7和牛拼牛舌  
◆靜岡蜜瓜珍珠肉  
◆黑芝麻石獅糕伯爵茶奶凍

當你步入嵐月餐廳時會感受到它是有品味的食府，當菜式上桌時更加證實其水準可靠，每樣菜都十分精緻睇得又食得，將現代元素融合於傳統粵式烹調藝術。那麼自然要認識一下其廚師團隊，總廚才過30是年輕一輩，叫 Fu Chan 陳師傅，於多間酒店及高級食府任職，之前就是在走較新派精緻路線的尖沙咀六公館任職，今次是外圍擔大旗。其團隊包括點心、燒味部廚師亦曾於多間香港的高級中菜廳任職。

◆白松茸海膽越光米  
用上原隻海膽殼盛載的燴飯，用上日本越光米，加入白松茸、海膽和雞湯一同去燴，珍貴的松茸味道獨特香濃，用上濃雞湯和海膽以燴飯的方式來鎖住食材原本的鮮味和醬汁鹹香。配合圓潤飽滿的越光米，其獨特甜味與黏性、淡雅香味及綿密順滑口感，香而不膩之餘更令人回味無窮。

◆牛油果柚子皇帝蟹他他  
皇帝蟹肉切細粒而煮成他他，底下滑溜的牛油果剛好補充到蟹肉的爽脆，加入魚籽則提升了整體格調，再加塊楓葉，就有秋天的氣氛，這道菜就真的吸晴。

◆西班牙黑豚叉燒  
選用西班牙黑毛豬的豬脊肉製作，肉味極濃，燒得香氣十足，肉質豐厚且鬆軟，外層略帶焦香，肥美而不膩口，其味道非常好，敢說是勝過其他講自己叉燒出名的店，食完大滿足。

◆香煎花膠扒三色黎麥  
燴花膠扒就常見，煎則較少見，皆因難控制火候，稍一不慎，花膠就會太硬，他們不但沒有煎過火而且有點焦香和脆口，吃起來很爽。加上醬汁畫成很有美感，不得不讚。

◆自家乾式熟成澳洲M7和牛拼牛舌  
牛扒煮成半熟的中菜狀態，是用了西餐的煮法，用上澳洲M7和牛及牛舌芯，每片的熟度都很平均，而旁邊伴碟的是蘋果絲和蕎頭絲，可減少牛扒的油膩，這是中菜師傅的智慧所在。

◆自家乾式熟成和牛乾式熟成是門很深的奧

嵐月由法國、西班牙、意大利、日本、尼泊爾等地嚴選新鮮牛肉及時令海鮮、有機和可持續的食材來烹製、精緻主導。嵐月的總廚發辦的特製餐單特別出色，是宴客或私人聚餐的理想選擇。喜歡小酌的客人可享受開放式酒吧，調酒師亦可以迎合客人口味即場於餐桌前以優質酒、清酒及其他酒手調雞尾酒，將刺激元素加入靜態的餐飲體驗中。

這一天拍攝的是總廚發辦的特製餐單，包括西班牙黑豚叉燒、香煎花膠扒三色黎麥、白松茸海膽越光米、北寄貝沙薑漬，必食。靜岡蜜瓜燴珍珠肉

靜岡蜜瓜燴珍珠肉是一客燴湯，珍珠肉加蜜瓜燴成的湯香甜味突出，珍珠肉雖然是很

學問，除了採取大自然中原始的肉品保存方式，還需要時間的陳釀來達到牛排中最美味的指標。不論香氣、嫩度或肉汁，幾乎都讓嗜牛者讚不絕口。

吃過幾道濃郁主菜後，來一道清新的淮山百合浸BB菜苗，湯汁香滑一滴不漏地飲清光。

甜品有多款，伯爵紅茶口味的奶凍，不但茶濃、奶香濃郁，口感順滑就像慕絲一樣，其清新微甜的口味絕對是飯後甜品的不二之選。黑芝麻石獅糕，選用日本香川縣的黑芝麻來炒香，攪磨成汁，加入忌廉、鮮奶等材料製成口感彈牙、軟糯及甜度適中的黑芝麻糕，不但營養豐富，精緻外觀亦極為吸睛。

## 黃金海岸酒店正宗新加坡菜



位於青山公路黃金海岸地段的黃金海岸酒店，其專食正宗東南亞菜的沙嗲軒最近推出午市套餐及蜜糖松露主題下午茶菜譜，性價比甚高，希望吸引更多喜歡有度假氣氛又不想舟車勞頓的港人去光顧。

◆採攝：寧寧

沙嗲軒設有露天座位，食客可於園林景色的環抱下，品嚐沙嗲軒的招牌海南雞飯、福建蝦湯麵、星洲蘿蔔糕和馬六甲椰汁西米布甸等美食。如果有多人同行可以叫沙嗲軒家庭拼盤港幣 HK\$728 (4位用)，內含沙嗲雞肉、豬肉串(8串)/新加坡咖哩角(4件)胡椒蝦(4件)/招牌海南雞(半隻)/雞油飯。

午市套餐包含肉骨茶或黃金脆魚皮或加多多加多沙律  
主菜(Choose One 自選一款)  
福建蝦湯麵/海南雞絲伴麵/馬來叻

沙一椰汁咖哩海鮮瀨粉(小辣/地道風味/特辣)  
海鮮叻沙燴飯/招牌海南雞飯/加甜品

蜜糖松露下午茶  
於酒店大堂酒吧享用「蜜糖松露下午茶」，讓自己沉浸在美好的下午茶時光！酒店廚師團隊精心炮製一系列以蜜糖及松露作主調的美食，包括鮮蝦蝦肉松露蜜糖撻、煙三文魚配松露忌廉芝士、烤蜜糖雞串燒、經典松露朱古力、蜜糖慕斯配芒果啫喱等！許多女士害怕下午茶甜點太多這次蜜糖松露下午茶就鹹點比甜點多，可以講很飽肚。

◆設計是否與黃金海岸酒店建築相似？

## 姓名館 王正亮

### 古代地理學家徐霞客

有時久學五行推算後，總覺得學習五行推算就像學一套五行語言及語法一樣，由本體定義——木代表一切生命；火代表理想及脾氣；土代表堅固、誠信；金代表武器、武力、探險；水代表慈愛、任意隨意！到整體姓名的語法——姓氏，本體習性行事風格，至第二字描寫親密關係的特性及自己的次行事風格，到第三個尾字代表最後行事風格的取捨及較疏離人物的特質。

要形容一個重原則的人，就是「土」。所以，當土受傷，就是一個會破壞傳統價值及充滿執念的人！當一個人脾氣大，自然是火的屬性，但受生，就會有動力、理想，火是能量故。而光明可照見一切，自然也是好學的特質，而描寫一個積極個性的人，所謂最佳的防守就是進攻；自然非常進取，唯物有為主義；受剋就會雙重標準，欺負弱者。

而本文主角徐霞客，當姓名翻譯了五行，就可用五行的語言描寫此人之特質及行事風格，「徐」字屬己土，「霞」字屬丙火，「客」字屬庚金：



- 1) 己土固執非常的人；
  - 2) 因丙火陽火過分生己土，即脾氣、理想使然，喜歡發現新事物。
  - 3) 庚金在腳，即喜歡冒險探索！
- 亦正因庚金也是現實主義者，眼見世不可為的朝政，當時的取捨如下：

當明王朝鬧得污濁不堪之時，在江陰一帶有個青年，不滿朝政腐敗，不願應科舉考試、謀求仕途，卻立志遊歷祖國的名山大川，探索自然的奧秘。他就是我國歷史上傑出的地理學家——徐霞客。

徐霞客(1586年~1641年)，名宏祖，字振之，別號霞客，江陰(今江蘇江陰)人。

徐霞客出生於縉紳富貴之家，從小就特別喜愛看歷史與地志和山海圖經、遊記、探險記一類書籍。幼年的徐霞客深深被這些書籍所打動、吸引，下決心要做一番不平凡的事業。

由於徐霞客祖上幾代為官，加上當時走仕途之路被認為是讀書人的正道，所以少年的徐霞客也免不了要參加科舉考試，但是通向仕途的大門並沒有向徐霞客打開，失落之餘，他下決心把自己的全部精力傾注在地理研究上。

徐霞客在研讀古代地理書籍時，發現其中很少有介紹各地的自然地理景觀，尤其是邊遠地區情況的書，他覺得這是個不小的遺憾。俗話說：「讀萬卷書不如行萬里路」。萬曆三十五年(1607年)，22歲的徐霞客背上行裝，從此開始了外出旅遊的征程。

在此後的30餘年裏，徐霞客差不多每年都要外出旅遊考察。他不辭勞苦，萬里遐征，北履燕冀，南涉閩粵，西北攀太華之巔，西南抵雲貴邊陲。這位孤膽旅行家的足跡遍及全國，到過現在的江蘇、浙江、山東、陝西、山西、河南、河北、安徽、江西、福建、廣東、廣西、湖北、湖南、貴州、雲南、北京、天津和上海等19個省市。徐霞客外出考察得到了他家人的大力支持，特別是他母親持續不斷的鼓勵。母親在70歲高齡時，還滿懷豪情陪徐霞客遊覽了荆溪、勾曲(今江蘇宜興一帶)。

在考察過程中，徐霞客不僅經歷了大自然的嚴酷考驗，而且時時受到種種人為因素的挑戰。他曾經3次遇盜，4次絕糧，幾乎因此而斃命。但是，所有這些困難都沒有讓他停下腳步。

明崇禎九年(1636年)，是徐霞客外出旅遊考察中頗具意義的一年。51歲的徐霞客從家鄉出發，途經江蘇、浙江、江西、湖南、廣西、貴州並到達了此次旅遊和考察最遠的地方——雲南，歷時5年。這次外出考察，是徐霞客一生中最後一次，也是為期最長的一次。

有一次，他在湖南茶陵聽說當地有個麻葉洞，當地人說洞裏有神龍或者精怪，沒有法術的人，都不敢進洞。徐霞客不信神怪，他出高價僱當地人當嚮導，進洞考察。正要進洞的時候，嚮導問他是什麼人，徐霞客告訴他自己是個普通的讀書人。嚮導聽後嚇得直往後退，說：「我以為您是什麼法師，才敢跟您一起進洞。原來你是個讀書人，我才不冒這個險呢。」

徐霞客也不勉強他，帶着自己的僕人舉起火把進了山洞。村裏的百姓聽到有人進洞，都擁到洞口來看熱鬧。徐霞客在洞裏考察了很久，直到火把快燃盡才出來。圍在洞口的百姓看他們安全出洞，都十分驚奇，說：「我們等了這麼久，以為你們被妖精吃了呢。」

徐霞客在西南漫遊的時候，除了隨身帶一個僕人外，還有一個名叫靜聞的和尚和他們做伴。有一次，他們在湘江乘船的時候，遇到了強盜，行李財物被搶劫一空，靜聞和尚也受了傷，在半路上死去。到最後，連他隨身的僕人也離開他逃走了。但是這些挫折絲毫都沒有動搖他探索自然奧妙的決心。

在最後一次考察中，徐霞客因「久涉瘴地，頭面四肢俱發疹塊」，染上重病，後來「二足俱廢」，不能遠行了。1641年，徐霞客病逝。

在長期遊歷生涯中，不論旅途多麼勞累，情況如何艱險，他都堅持把當天的經歷和考察情況記在日記裏面。在日記裏面，徐霞客以清新奇麗的文字描摹大自然的瑰麗多姿。這些日記凝聚着徐霞客大半生的心血和成果，是不可多得的原始資料。可惜的是，他生前來不及整理，日記原稿大都散佚了。後來經過數次整理成書，就是聞名於世的《徐霞客遊記》。

《徐霞客遊記》被譽為「古今遊記之最」，全書共20卷，60多萬字。《徐霞客遊記》以日記體裁詳細地記錄了徐霞客旅行生涯中的所見所聞，真實而生動地記述了他所到之地的地質、地貌、水文、氣候、動物、植物以及少數民族的經濟狀況和風俗習慣等，是他30多年堅持不懈地研究和探索自然奧秘的總結。遊記的內容豐富多彩，記述翔實準確，具有重要的科學價值和很高的學術價值。

## 塔羅星座

文：BENNY WONG

**白羊座** 2/3-19/4

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！

**金牛座** 20/4-20/5

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！

**雙子座** 21/5-21/6

我見到魔鬼牌的出現，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。

**巨蟹座** 22/6-22/7

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** 23/7-22/8

今個星期我見到有位魔術師的出現，令到你的生活變得多姿多彩呢！

**處女座** 23/8-22/9

本身性格已經夠孤僻的，現在還多隻忍士牌的出現，真係好難想像你會有幾我行我素了。

**天秤座** 23/9-22/10

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，愛美人士小心小心！

**天蝎座** 23/10-21/11

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。

**射手座** 22/11-21/12

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，不然苦了也是自己及身邊人。

**摩羯座** 22/12-20/1

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。

**水瓶座** 21/1-19/2

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

**双鱼座** 20/2-20/3

留意你們的情緒問題，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！