



鐵飯碗咖啡屋裝潢 具馬來西亞風情

香港不少餐飲業埋怨客人北上消費導致食肆生意差。消費者都是聰明人，哪裏的商品平靚正哪裏自然吸客。問題的根本所在是香港現在餐飲業消費水平高得嚇人，餐飲業自己需要改變經營模式，從多方面想辦法吸引客人，價格下調才有得做。

本期所介紹的兩間餐廳，食物質素好，價錢貼近市民大眾的消費能力，試業期已經有不錯的生意，正如「營廚」Marco所講，做餐廳是要結合市場。位於旺角，由馬來華人來港開設的「鐵飯碗咖啡屋」，為港人帶來正宗娘惹菜，價格合理；另外位於長沙灣YMCA地舖的「金獎」椒麻雞為一間社企，得到YMCA平租，於此主打幾款藥膳食品，為大家呈獻又平又靚又健康的食物。因此，要在香港飲食業立足，的確要給市民一種平靚正的感覺才行，不能只為自己賺到盡，卻埋怨港人不光顧，要多多想辦法啊！

街坊價食名廚炮製金獎椒麻雞

大馬華商引入 經典娘惹菜



於旺角品嘗娘惹菜，性價比高。

採、攝：寧寧

「鐵飯碗咖啡屋」登陸旺角

作為東南亞一個多元種族、文化與歷史匯聚地的馬來西亞，散發著獨特的異國魅力，A La Carte於去年成功打造以地道亞洲佳餚聞名的餐廳品牌「鐵飯碗」後，上個月再創新猷，推出「Tiffin Kopi House 鐵飯碗咖啡屋」，咖啡屋以南洋老街風情為主題，選址在旺角鬧市的中心地帶，為食客帶來一場別開生面的經典美食文化新體驗。

三層高的「Tiffin Kopi House 鐵飯碗咖啡屋」坐落於旺角核心地帶或油街，彷彿是一座融合了馬來西亞街頭風格壁畫元素和復古霓虹燈設計的藝術殿堂，以其獨特的裝潢，日與夜之間展現出截然不同的風格，營造出南洋熱鬧街道的氛圍，讓每位顧客彷彿置身於令人陶醉的異國風情之中。咖啡屋致力於呈獻多款正宗特色的娘惹菜式，帶來廣受食客歡迎的海南燒雞飯、椰漿飯、砂煲伊麵、秘製沙嗲雞串、即烤蕉葉美食以及其他地道小食等。每一道菜都經由馬來西亞華僑總廚精心主理，力求還原南洋經典味道，展現出地道獨特的風味和口感，為顧客帶來無與倫比的味覺饗宴。

為慶祝新店開業，咖啡屋邀請了香港文字藝術家甘聖欣為6米高外牆及室內空間進行手繪壁畫創作，為咖啡屋增添獨特的風格和魅力。外牆以馬六甲殖民時期風格的建築為設計靈感，呈現出宛如糖果般的彩色排屋、復古的三輪人力車和熱帶風情的檳榔樹，展現繽紛多彩南洋文化和豐富的風土人情，成為旺角鬧市中的打卡新熱點。

餐廳內的裝潢和氛圍也融合馬來西亞老街巷的風格，設有多幅手繪街頭人民生活方式的壁畫，搭配復古的霓虹燈裝置，懷舊生活用具暖水壺，別具格調。同時貴賓房展出多幅上世紀60年代的珍貴相片，配上古樸雅致的傢具、傳統娘惹服飾及藝術風的南洋



咖啡屋設有室外餐桌，供喜歡戶外的朋友選擇。

洋花磚，宛如故事館記載歷史的變遷。在進入餐廳的瞬間，每一個細節都將帶領顧客穿越時空，體驗馬來西亞的文化和歷史，沉浸於娘惹大宅當中。

娘惹文化是馬來西亞最具代表性的文化遺產之一，源於馬來語 baba nyonya 的「峇峇娘惹」一詞，通常用來形容馬來人及華人混血後裔，經過多年的融合及演變，娘惹文化在飲食方面發展出獨特的地方色彩風格。鐵飯碗咖啡屋展現了娘惹文化的魅力，融合了馬來西亞地區的香料和中國傳統烹飪技巧的精髓，創造出令人垂涎欲滴的菜餚。每一道菜式都展現了精心的烹調技巧和對食材的講究，菜式中使用椰漿、香葉和各種香料作為主要調味料，再加上主廚家傳的配方，賦予菜式極致而豐富的口感。

例如，深受馬來西亞人喜愛的街頭美食——Nasi Lemak 蕉葉椰漿飯，是一道引人垂涎的國民美食。它由椰漿和斑蘭葉煮成的香米所組成，融合了辛辣、鹹味、椰香和甜味，散發出其獨特的香氣。蕉葉椰漿飯搭配清爽的青瓜片、酥脆的江魚仔、炸花生及焗蛋，最後淋上自家製的靈魂醬料參巴醬。參巴醬辣中帶甜，使整道菜的色澤與香味更加令人垂涎欲滴。椰漿飯更可搭配其他特色菜餚，包括炸雞腿、參巴鮮魷、咖喱牛腩、咖喱魚片、甲必丹咖喱雞及娘惹咖喱雞蹄菜，豐富了整道菜的口感和風味，令人難以抗拒。



娘惹菜



掃碼睇片

「營廚」Marco Lo 主理社企餐廳



Marco Lo帶來「金獎」椒麻雞



藥膳椒麻雞飯

椒麻茶葉蛋



掃碼睇片



即席手撕藥膳椒麻雞



製作豬手滴水做法



椒麻蓮藕片、椒麻雞翼等

最近，「營廚」Marco Lo與YMCA港青在九龍長沙灣合作經營一家社會企業餐廳，名為「金獎」椒麻雞的招牌菜，靈感來自四川，但與傳統川菜做法有所不同。其滴水的配料除了使用從四川運來的紅花椒、青花椒、藤椒和二荊條辣椒外，還特別添加了十多種藥材，包括當歸、熟地和北芪。這種滴水具有麻辣和香味，同時增添了藥膳功效。

Marco說：「我和師傅兩人開金獎椒麻雞，這次合作希望能介紹給大家又平又靚又健康的食物。椒麻雞來自川菜，比較着重好多種椒，如花椒和辣椒的味道，因為我自己是營養師，『金獎』椒麻雞自然有不一樣，我用的是新鮮雞，飼養期為120天，以粟米為飼料，味道濃郁，脂肪含量不多，在滴水方面會加好多不同的藥材進去，讓『金獎』椒麻雞有藥膳的效果。」

「金獎」椒麻雞性價比高，觀其做法更覺物超所值。首先用新鮮雞，從清洗、剖雞、余水到浸泡在滴水中，大約需要三小時製作，使肉質鮮嫩，「金獎」椒麻雞做好後還要加其他配料。Marco拍檔大廚成哥示範手撕雞的做法，首先將浸泡好的椒麻雞的雞肉撕成絲，然後加入青瓜絲、炸黃豆、四川豆皮絲和自製的特色椒麻醬拌勻，最後撒上香炒過的芝麻，令口感更好。如果客人喜歡辣味更重一些，店員可以加入更多的椒麻醬。

這裏的小食有「椒麻茶葉蛋」，一剝開蛋殼，椒麻味瞬間撲鼻而來，茶香四溢。「椒麻雞腳」和「椒麻雞翼」風味不錯，一種讓你有意猶未盡的口感。「椒麻蓮藕片」爽脆可口以及「糖漬蕃茄（羅漢果糖）」羅漢果糖為天然代糖一種，零糖零脂零卡於番茄——健康、美味又開胃。而他們的米飯中則加入了東北米和雞湯一起煮熟，雞湯是由雞骨和雞肉熬煮兩個小時而成，米飯充滿了鮮味。所以他們的手撕椒麻雞飯、「四川椒麻圓蹄飯」都很好味。

為配合YMCA港青建立社企食肆的原意，藉着價廉物美，分享予不同階層的客人，餐廳希望能提供到一個大眾化的價錢，例如一盒手撕椒麻雞飯不超過40元，小食也不過30元，比快餐店還平。想將又健康又好吃的食物帶給長沙灣的街坊，甚至全港市民及遊客。YMCA的member有九折，並且會定期，每個月會有一日，做半價的招牌雞回饋街坊，應該是每個月28號。他們更希望做更多社區服務，每個月、每個星期都會組織派飯，比如早前派飯給南昌公園的露宿者。「我們會做好多活動，大家如果有興趣做義工或者想要幫助人的時候，都可以一齊參與，一齊去做這樣的活動。」



手撕椒麻雞



四川椒麻圓蹄飯

姓名館

王正亮

軟弱的代價——甲午慘敗

先談日本地點，其為位於中國的東面的島國，故盡收甲乙木的紫氣。當水生木，自強不息；當火剋金會打絕乙木，就變得殘忍，乙木化進甲木，野心膨脹，而己土則弱化了清末的中國！

故1894年甲午歲，午中丁己土，己弱化被來自東面的島國日本剋合，甲己合，即中土被欺負，而當時壬水元運，日本處於自強不息的階段。

相比之下，中國滿清政府懦弱不堪，導致1895年乙未歲慘敗。



壬丁見乙木成；

乙木局對中土的地方進行殘忍的屠殺及迫使清廷接受不平等條約。

緣起1894年春，朝鮮爆發了東學黨起義，以「除暴安良」和「逐滅夷倭」為口號。起義很快席捲了朝鮮南部很多地區，朝鮮政府無力鎮壓，便向清政府求援。清派直隸提督葉志超等率兵2,500人赴朝助剿。日本伺機而動，決定出兵朝鮮，趁機挑起中日衝突以發動侵略戰爭。朝鮮東學黨起義被鎮壓後，清政府照會日本，建議中日兩國同時撤兵。日本拒不撤兵，蓄意擴大事態。面對日本的挑釁，清統治集團內部出現了主戰和主和兩派意見。以光緒帝為首的帝派力主加強戰備，以武力遏制日本的擴張，但實權掌握在慈禧太后和李鴻章手上，他們對日避戰求和。日本重兵壓境，駐朝清兵多次請添援軍，李鴻章不予理會，反而把解決中日爭端希望寄託在國際列強的調停上，但西方列強對日本發動戰爭均持默許和支持的態度。

7月底，清援軍途經豐島海南時，突遭日艦襲擊，清軍官兵死傷慘重，日不宣而戰，正式挑起侵華戰爭。

10月，日軍偷渡鴨綠江成功，九連城、安東等相繼失守，日軍進逼遼陽。與此同時，日軍另一支軍隊由遼東半島的花園口登陸，南犯金州。徐邦道率部分清軍與日在金州激戰，因寡不敵眾，後援不濟而退守旅順。另一支清軍將領趙懷業不戰而逃，棄守大連。11月17日，日軍進攻旅順，只有徐邦道一部奮勇迎敵，孤立無援，旅順失守。22日，日軍進入旅順，進行了慘絕人寰的大屠殺，歷時4天，殺害2萬多人，血流成河，屍橫遍野。旅順失守後，清政府多次派人向日本求和，日軍不予理會，將進攻重點轉向北洋艦隊基地威海衛。當時北洋艦隊實力尚存，可與日軍一戰，但李鴻章嚴禁其出擊，造成了被動挨打的局面。威海一戰，北洋艦隊全軍覆滅，提督丁汝昌拒降自殺，遠望管帶劉步蟾亦自殺殉國。1895年初，日軍戰略重點轉向遼東半島，遼東半島淪陷。3月，清政府派李鴻章赴日議和。1895年4月17日，李鴻章屈服於日本的壓力，與伊藤博文簽訂了《馬關條約》，甲午戰爭結束。

塔羅星座

文：BENNY WONG



煩惱多事奔波勞碌，心情煩躁，以靜制動，勿衝動！



萬事皆在變動當中，勿意氣用事，凡事應以合作行先！



人緣強勁，留意身邊的機會，大有機會找個好對象呢！



多計劃多思考，從事創作策劃人士有利，其他事項則平穩。



宜小投資買賣，皆可望有不俗的斬獲，好好把握良機。



考慮與女性朋友合作等事宜，可有不錯的效果呢！



得到金星照耀，投資生意皆無往而不利，貴人眷顧。



樣樣事胸有成竹，旺事業財富，不妨大膽出擊！



不宜急進，應以長遠目標為主，勿因一時之氣而後悔莫及！



大吃大喝沒煩事，唯一留意伴侶的訴求，勿忽略另一伴呢！



注意身體要多休息，多調理，皆因你不是鐵人，多加注意手腳問題。



日捱夜捱，還是多作休息吧，要學習固本培元呢！