

# 與大廚 Joe 開設扒房踏入 5 周年



◀ 五周年經典二人套餐的馬里蘭蟹餅

▶ 45日熟成 US-DA Prime 肉眼扒



TVB 視帝譚俊彥與友人

大廚 Joe 於 2019 年開設主打自家熟成牛扒的西式扒房 Forkers，為顧客提供更大更舒適的用餐空間，並於去年由土瓜灣搬至灣仔駱克道。Forkers 今年迎來餐廳開業 5 周年，為慶祝這份喜悅特意推出多款 5 周年優惠與顧客一同開心。事實上目前餐飲市道都嘆經營困難，就算有質素的餐廳也要想辦法留客，希望滿足有不同要求的客人。

文：婷婷

## 以多款優惠回饋客人

## 視帝譚俊彥

餐廳名字 Forkers 取意是希望食客可以一手拿著叉一手拿著酒杯，營造一個小酒館的氛圍，享受美食的同時也可以開懷暢飲。由於幾位創辦人都在北美生活過，希望把當地流行的熟成牛肉帶給食客，所以自開業以來一直使用自家熟成牛肉，更在餐廳設有專業級別熟成櫃。採用美國的 USDA Prime 肉眼進行熟成。創辦人兼大廚 Joe 解釋「USDA Prime 肉眼油脂分布平均，肉質和大小都比較適合熟成，由於熟成過程中會消耗肉的外層，需要有一定的分量才能夠熟成出該有的風味。」採用 45 日的乾式熟成，熟成後會帶有芝士及果仁的獨特風味，令肉味更濃郁，肉質更鮮嫩。

Forkers 的豬肉同樣講究，他們的豬肉全都是由西班牙農場直送，當中的經典前菜 48 個月熟成伊比利亞火腿更是採用由農場養殖的西班牙黑毛豬並以傳統方式人手熟成，再直送到餐廳。他們相信原始的環境以人手熟成相對用機械熟成更能帶出火腿的風味。美食配多款精挑的紅、白、香檳干邑及威士忌配搭熟成牛肉滿足食肉愛好者。

Forkers 為慶祝 5 周年及回饋顧客多年的支持，即日起推出 5 週年 5 連擊優惠：

- 1) 由即日起至 8 月 30 日，凡於 Forkers 消費的顧客，可獲 \$200 現金券乙張。憑券於 3 個月內再次到 Forkers 每消費滿港幣 \$1,000 元即可減港幣 \$200 元。
- 2) 餐酒買一送一。
- 3) 48 個月熟成伊比利亞火腿買一送一。
- 4) 星期一至四晚市套餐免費升級主菜。
- 5) 星期六及公眾假期晚市套餐折扣 - 消費滿港幣 \$1000 元可獲 9 折優惠，消費滿港幣 \$2,000 元可獲 8 折優惠或消費滿港幣 \$3,000 元可獲 7 折優惠。

另外，還有 5 周年經典二人套餐及周末 ALL YOU CAN EAT 烤牛肉午餐，「5 周年經典二人套餐」於晚市時段提供，套餐為 6 道菜菜單，包括 3 款前菜、兩款主菜及甜品。3 款前菜包括甘甜鹹香的 48 個月熟成伊比利亞火腿、香脆飽滿的馬里蘭蟹餅、香濃幼滑的日餐湯，2 款主菜包括由 Forkers 自家熟成的 45 日熟成 USDA prime 肉眼及龍蝦扁意粉。「周末 ALL YOU CAN EAT 烤美國牛肉午餐」提供三道菜菜單，主菜是可以無限添加烤牛肉，最適合各位「食肉獸」。



◆ 周末 ALL YOU CAN EAT 烤美國牛肉午餐



▲ 龍蝦湯

▶ 48 個月熟成伊比利亞火腿



## 沉浸倚窗閣自助餐桌上 嘗「和牛海鮮二重奏自助餐」

近日，九龍酒店的倚窗閣呈獻一場烹飪盛宴，世界上受追捧的美食珍饈：和牛及海鮮成為焦點，介紹「和牛海鮮二重奏自助晚餐」，與大家一同踏上這場美食之旅。加上，經驗豐富的廚師團隊為大家打造了一場以優質食材而成的自助晚餐。

大家可以品嚐到各種特色海鮮美食，包括來自美國、法國和愛爾蘭的鮮嫩生蠔、來自俄羅斯和加拿大的雪花蟹腳、來自智利及新西蘭的青口及海螺等。同時，大家亦可品嚐以和牛為主題的各式美食，盡情享用焗野菌和牛肉醬意粉、野菜和牛昆布茶湯以及 24 個月馬臣芝士巨輪意大利麵等熱葷。在切肉區，大家還可品嚐到香草海鹽慢烤澳洲 M2 肉眼扒和焗蜜汁有骨火腿；在燒烤區，大家可以享受到鹽焗虎蝦串、香煎鵝肝、韓式煎蒜香和牛及香煎露絲瑪莉羊扒等美食，還有粵式點心和香港地道街頭美食等。

因此，大家可以沉浸在倚窗閣長達 66 米的自助餐桌上，與朋友或家人品味海洋珍饈及和牛美食，共建難忘回憶。現在大家惠顧自助午餐或晚餐，6 位或以上即可享高達 62 折，更可以在整個用餐過程中無限暢飲，包括特選紅/白葡萄酒、啤酒、汽水、茶和咖啡。另外，在今個月，於網上購買自助午餐及自助晚餐，更享買二送一優惠。

採、攝：寧寧



◆ 「和牛海鮮二重奏自助晚餐」少不了和牛。



◆ 香煎烤羊架



◆ 榴槤布丁是大熱甜品。



◆ 九龍酒店自助餐出名的拿破崙。



◆ 刺身及長腳蟹



◆ 自助餐有鵝肝絕對升格

◆ 現場即開生蠔是自助餐的賣點。

## 塔羅星座

文：BENNY WONG

**白羊座** 2/3-19/4  
有如魔術師般聰明百變、多才多藝，很久不見的朋友在這星期將聚會。

**雙魚座** 2/5-2/16  
與家人朋友遇上意見不合時，千萬不要放在心上，應多將內心不滿提出，否則會造成心病。

**金牛座** 2/17-22/6  
身邊總是有人與你作對，並未能好好安定下來，好煩、好躁呢！

**天蠍座** 2/9-22/10  
見到魔鬼牌出現在這星期裏，萬事要小心一點，特別是金錢借貸方面，小心一去無回頭。

**人馬座** 2/21-20/12  
機會是不常有的，真是有興趣的，就要給多點信心喇，不然走了！

**水瓶座** 2/1-19/2  
這星期學習能力幾強勁，是時候為自己將來進修了。

**金牛座** 2/14-20/2  
一切計劃中的事情會落實並成功，加多點努力，就會得到更多的意外收穫。

**巨蟹座** 2/16-22/7  
金錢、事業、愛情、人際都給太陽伯伯照耀，幸福滿溢，但小心體重上升啊！

**獅子座** 2/18-22/6  
想得到更好的運氣，首先要學識付出這一步，不要計較就會更好了。

**天蠍座** 2/10-21/10  
期待已久的愛神邱比特終於降臨在你枯旱的愛情路上，好好把握哦！

**山羊座** 2/12-20/1  
各方面都穩穩陣陣，不需掛心，但就是壞脾氣這傢伙戒不了。

**雙魚座** 2/2-20/2  
月亮的影響，令你這星期多愁善感，憂慮非常，不如多作分享吧。



◆ 文：王正亮

## 五行多維度

## 運用了五行概念的手法

事實上，日常生活中，我們的際遇及生活的環環節節都涉及無形的五行力量，而最廣為人知的，五行基理用於推算學中，就是八字推算學。所謂八字，即運用中華文化的干支曆法，將我們出生時間換算成十天干：甲乙丙丁戊己庚辛壬癸。配上 12 地支代入，即大眾認知的 12 生肖的五行：子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，亦即一年四季及月份的契合。

寅卯辰為春天，巳午未夏天，申酉戌秋天，亥子丑冬天，而寅是正月，卯是二月，辰三月，巳四月，午五月，未六月，申七月，酉八月，戌九月，亥十月，子十一月，丑十二月。

而我們的出生時間換算成干支曆後，就出現了十天干配 12 地支 60 個組合的時間規律。

於是年有兩個字（天干一個字，地支一個字），月有兩個字，日有兩個字，時有兩個字的組合，就成了八字。

其實，八字蘊藏了我們一切人生的資料的資訊，當中包括了我們這身材料的基因、胺基酸、染色體的訊息。

而我們的姓名，就是我們這個蛋白質格式的身軀的狀態。明白此闡述是非常破格並具有革命性，我會在稍後專欄文章進一步闡述。

基於現時中醫斷症的步驟，即望、聞、問、切。亦會應用切脈去理解身體的狀況，而整個中醫體系就蘊藏著陰陽五行的基理的哲學！

或許有時給人有點虛及模糊的感覺。但其博大精深，實是中華文化的瑰寶。

至於上篇文章提到的經筋療法，其以柔制剛的手法處方，實是運用五行水的概念梳理痛症，即進行解痛，而不是止痛。其基理正是以柔的梳理方法，以通立法，從而維護我們身體的常道，而達至身體的健康。

說到痛症，西醫可用西藥止痛，而中醫對痛症的理解，更是一針見血，大道至簡，認為「痛則不通，通則不痛」。而從五行基理的契合原理中，不難發現中醫處理痛症的基理及手法更全面應用五行基理。

經筋療法，以通為用，梳理為務，用柔和水的手法去解痛。而中醫，特別是骨傷科則以捶、壓、按，即土的手法。用針即金的應用，用推即水的手法，用敷即木的引發自我修復的方法，當然亦有用火，如燒艾即火熱的應用。

作為治病的五行方案，更可全面發揮五行的力量，尤其是時下提倡環保、綠色醫療，不用藥物作治療更是非常符合環保概念。在預防、復康、保健、治療及養生實有宏大的價值。

用手法作為處方，主要應用土的拍打，金的刺激穴道，用水的柔推或力推。使我們身體的種種毛病，由於氣脈、氣血及筋路的暢順，自然亦不藥而癒。

至於應用五行木的敷觸的引發自癒力的療法，除中醫用藥敷患處外，還有一種非常靜態的療法，源於西醫，現多數以獨立存在的方式，全不用任何藥處方的髓氈治療法，是一種輕柔觸診療法。

五行木分甲的陽木代表皮膚，肝及中樞神經，及乙木所代表的四肢，神經系統和細菌。

由於木所代表的一切生命，是頑強的，對一切環境的敏銳度直接影響其生存率，故其非常敏銳的探測力。因此，人的擁抱既然可產生催產素，皮膚的接觸亦可引發皮膚的神經傳導物的雙向溝通。外來正向的皮膚訊息，可引發患者身體的自癒力進行自我復位、再生及修復的程序。