

作為九龍東區內規模最大的零售及生活時尚綜合樞紐的啟德The Twins雙子匯1期已正式開幕，除了B1樓至9樓的崇光啟德店外，12樓至15樓的食匯堂亦匯聚多間優質食府，如位於12樓、最新登場的日式涮涮鍋店 Washabu 及日式小食店 Sunakku Mama，都是由銅鑼灣知名日式餐廳「和三味」團隊打造，另同場還有全新日本西班牙融合菜餐廳 Nisugu 進駐，為識飲識食的食客帶來豐富多元的餐飲選擇，無論是家人朋友聚會，還是享受輕鬆休閒的時刻，都能在這兒找到心儀之選。 ●採、攝：祖蓮娜 文：雨文

日式餐廳進駐啟德食匯堂 多元餐飲選擇 享受輕鬆時刻



●特上海鮮拼盤、日本黑毛和牛西冷、澳洲黑毛和牛、北海道豚肉、自家製手工和牛丸、黑安格斯牛舌芯、野菜盛合等。



●日本黑毛和牛一人前

暖心日本黑毛和牛涮涮鍋

首先，日式涮涮鍋店 Washabu，選取多元化及優質食材——產自日本、澳洲及美國等地的優質牛肉及其他肉類，當中包括美國牛板腱、澳洲和牛肩胛板肉，以及最受歡迎的日本黑毛和牛西冷，加上日本黑豚肉及雞肉，配合各類海鮮如日本廣島鰻、澳洲龍蝦、愛爾蘭蓮子及原條時令刺身魚等，以上乘食材搭配餐廳精心炮製的頂級湯底，如傳統日式壽喜湯和昆布柴魚湯，以及極上鯛魚湯和龍蝦味噌湯等以供選擇，為食客呈獻多重日式火鍋體驗。踏入冬季，這兒的暖心涮涮鍋可為大家帶來鮮味享受，特別是當中的日本黑毛和牛一人前火鍋或是晚市特上二人套餐等，菜式有日本黑毛和牛、澳洲黑毛和牛、北海道豚肉或日本雞肉、自家製手工和牛丸、黑松露墨魚滑、蟹籽蝦滑、黑安格斯牛舌芯等選擇。



●對着外邊景色品嘗涮涮鍋



●Mama 甲羅燒

清酒與日式小食餐飲體驗

同層的日式小食店 Sunakku Mama，提供品嘗清酒及日式小食的餐飲體驗，其名稱中的 Mama 在日本會用來稱呼小酒館的女主人，餐廳以高質食材製作各式各樣不同口味的日式炸串，如日本和牛、北海道豚肉、海鮮及蔬菜等主食，其中人氣推介炸雞皮蝦肉捲紫蘇葉炸串、原條海鰻炸串及炸鵝肝串等。同時，餐廳亦提供其他豐富多元的菜式，從經典的關東煮，到一系列特色日式小食如 Mama 甲羅燒、櫻花蝦蔥花脆丸及和牛咖哩角，以至枝豆、燒雞泡魚乾、鮫魚乾等佐酒佳餚等，應有盡有，另外還有 MAMA 特選組合及 MAMA 極上組合，讓食客一次過品嘗多款特色菜餚。餐廳亦精選多款日本清酒、生啤、梅酒、High Ball 及餐酒，三五知己放工可輕鬆小酌，假日朋友也可作為聚會的好去處。



●Sunakku Mama 窗外環境開揚



●Nisugu 餐廳美女老闆親自介紹，原來她在尖沙咀及太子也有開設咖啡廳及餐廳。

日式食材融入西班牙料理

位於14樓的 Nisugu，結合了日本居酒屋和西班牙 Tapas Bar 風格，以日式食材融入西班牙料理去烹調創新的菜式，例如軟殼蟹蟹膏蟹肉西班牙飯，以日式蟹高湯配上西班牙 Bomba Rice，再加上日式蟹膏及炸軟殼蟹烹調；西班牙海鮮飯，利用紅蝦及新鮮大蜆熬煮的湯底配上西班牙 Bomba Rice 煮成的海鮮飯，配上各款海鮮及蒜蓉蛋黃醬；紅蝦牛油果他他，紅蝦肉配上牛油果蓉，並以熱情果醬作點綴，加上三文魚籽增添口感。還有，烤原隻三黃雞配脆雞皮三文魚子飯供選擇，另外早午餐、午餐餐單均以日式或西班牙式配搭去設計，希望食客可同時享受兩個國家的料理。年輕美女餐廳老闆分享她在太子及尖沙咀也有開店，太子做咖啡廳，尖沙咀於諾士佛臺做餐廳，並說：「我想將日本居酒屋比較 Fusion 一些的结合，將兩樣東西融合在一起，加上我們有 Balcony，覺得這裏也很適合大家放鬆一點、喝東西、吃點小吃如 Tapas，而且我們下午會有 Brunch，而晚上會有夜景，就會配搭一些精緻餐飲。」



●烤原隻三黃雞配脆雞皮三文魚子飯

五行多維度

最近聽了一個生活上的笑話，頗有深意，現與大家分享。話說有一位中小企工程公司的老闆，由於與一管理公司有長期系統維護的合約，他本有一個全職技術工程人員，但突然離職，又逢最不幸的情況出現，那間管理公司的工程監控系統出了狀況，全職人員不在，唯有找外判技術人才，惜外判的技工屬兼職，因他有一份長工職位，故只在晚間才可提供服務。

在沒有辦法之下，若不即時提供維護服務，恐怕客戶不滿，老闆唯有扮技去「扮工」以拖延時間，拖延到外援放工後才可正式處理。

不知各位尊貴的讀者們，在工作上，身邊有否一些「扮工」的人？

其實「扮工」的人在大都會中比比皆是，只是人人的理由不同。最常見的原因主要有兩個方向。

(一)是丙火的原因，丙火姓氏或日元，只對自選項目有憧憬，自然有追求，要求高，甚至不計較付出，也要做到最好。相反，能夠扮工就扮工了。

(二)庚金，所謂無利不早起，工作上不能帶給他/她實在的收益，如加薪、升職等，亦會失去辦公的動力，可以扮工就會扮工，自然失去工作的積極性。

另一種反差的情況，令我想起無綫《愛回家》的一集處境劇，劇情大要講述那個風少的角色，與熊家一起參加密室逃脫，由於風少的見解管用，成功帶眾人離開密室，從此被熊家的人喻為最強大腦，於是人在日常生活中，遇到要決定的事情總會問問風少。

但上善老師覺得不對，因為任何人問及風少的意見時，他劈頭第一句不是「唔得」、「唔可以」，就是「唔好」。上善老師在茶樓上做了一個實驗，點了很多灌湯餃，風少一見到就說「唔好」，因為太……，及後上善老師提到要買甜品，他又表示「唔好」，並表示要他親自去買才行。

由於上善老師已向熊家各人預測了風少的反應，而結果又完全對上。各人均恍然大悟，原來風少是為了反對而反對。

後來故事發展到，逢不想做家務，只要表示想做家務但做得差一點，風少就會說「唔得」，就爭住頂上；若不想畀錢，就扮想畀錢，那風少就主動爭住埋單畀錢。當越來越多人知道他這個弱點，自然就利用他的特性，擺盡着數。

終於有一天，風少發現他越來越累，越來越大支出，他才驚覺掉進了自己所挖的大坑。

不知讀者們有無一種熟悉感，身邊總有小撮人就是為反對而反對呢？

無他，姓氏五行或日元屬丙火的人，因為他們有要求，會奄尖，事事都有種所謂「睇唔過眼」的情況；又或者想成為眾人焦點，受到注目，被肯定及被讚賞是非常喜悅，才會凡事先反對，從而不想失去被認同，不期然就掉進坑裏。

而庚金的情況也非常類近，為了得到及保持此種尊貴時刻，成為領頭羊，最容易引發針鋒相對，只要不是自己提出來的，自然就會事事說不，為反對而反對了！

團年飯 開年飯食咩好系列(四)

冬日滋補團年聚餐之選 鮑參翅肚海鮮自助晚餐

在冬季進補恰逢其時，能夠助你強健身體，迎接新年的挑戰！今個新春，Harbour Grand Café 咖啡廳推出全新的「冬日滋補鮑參翅肚海鮮自助晚餐」，當中滋補菜式包括花膠扣冬菇、牛油香蒜鮑魚、香蒜焗蟹、炸海參蝦膠龍蝦、燕窩花膠釀雞翼以及魚子醬花膠酥盒等。而且，新鮮海鮮亦種類多，如即叫即開的生蠔、波士頓龍蝦、蟹腳、7吋長的阿根廷蝦、帶子及油甘魚刺身等。

至於甜品方面，推薦富有養顏功效的花膠雲呢拿焦糖燉蛋、燕窩椰子奶凍及燕窩雜莓白酒啫喱；其他甜品則包括朱古力香橙雪梅娘、香橙蛋白霜撻及12種不同口味的Mövenpick 雪糕，讓人無法抗拒。食客不但可以免費無限暢飲精選生啤、汽水、咖啡及茶，每位還可享用一份珍貴的佛跳牆，讓你心中暖意融融。

●採、攝：祖蓮娜 文：雨文



●火焰排骨



●香煎鵝肝



●7吋長的阿根廷蝦、帶子等刺身



●即開即食生蠔 多款海鮮供選擇

▲自助餐甜品區極富新春氣氛

魔法館 Benny Wong

香港著名西洋玄學家，天生一對藍瞳，能凝視你的未來，擅長各類型西洋占卜術，超過二十年的占卜經驗，更獨創數字占卜命盤——「BT9型格」，親授之學生遍布世界各地，亦得「導師中的導師」美譽。

年廿八洗邋邋 去舊迎新迎蛇年

年廿八洗邋邋，年尾將至，是時候我們大清洗了。無論身上、空間、傢具、能量場或飾物等，我們都藉着農曆新年之前來個大清潔、大淨化。以下提供一些西洋魔法小秘技，讓大家來個年度大清潔，齊來好運迎接2025蛇年！

煙燻鼠尾草及聖木，有作淨化及招來好運的作用！

鼠尾草還有其他怎樣的功能效果？今期教大家如何使用鼠尾草煙燻法，讓大家都過一個潔淨的農曆年。燃點聖木是南美洲人的傳統儀式，當地人相信聖木帶有正能量，同時它的獨特香氣具有強大的淨化功能，可以去除空間、物件及人身上的負能量。因此，聖木可以用在不同空間，如客廳、睡房、書房、工作室及辦公室等，也可以用來淨化任何物件，如淨化水晶及人身上的負能量，特別適合去過一些較多負能量的場合，如醫院、靈堂、墳場等。

鼠尾草 (Sage)，除了可安撫神經緊張外，更具有抑菌、消炎止痛和放鬆肌肉的功效，可有助改善失眠、痛症、炎症和哮喘等。

秘魯聖木中的油分是香氣的來源，加上煙燻是天然的驅蟲法寶，比化學的驅蟲方法更健康、更天然。

除了助眠之外，同時也具有使心情愉悅的效果，當情緒處於負面時，使用鼠尾草及秘魯聖木能夠讓低落的情緒

重新平穩，因此不少人都會在進行瑜伽、冥想時使用，可抗憂鬱釋放壓力。

煙燻鼠尾草及聖木步驟：

1. 打開窗戶，讓室內空氣流通；
2. 用火機燒着鼠尾草及聖木，再撥熄火種；
3. 可以在你想淨化的空間內拿着鼠尾草及聖木遊走，將煙霧撥向每個角落（心中帶着善念或感恩的意識，淨化效果會更佳）；
4. 同時，用一個器皿（陶瓷、玻璃等耐腐蝕性），盛載鼠尾草及聖木的碎屑；
5. 讓鼠尾草及聖木留在器皿內自行熄滅，點燃完畢後，謹記檢查火種是否完全熄滅。



塔羅星座

文：BENNY WONG

世間事情離不開因果循環，人生總有喜樂愁離，縱然是辛勞但苦樂後仍舊是晴天的。

虎落平陽被犬欺，龍游淺水遭蝦戲，不要因一時的失意而放棄理想，苦難的日子會過的。

你是有力量的、有愛與有創意的人，不要因一時之氣變焦急。

投資的朋友，要追隨你的直覺，能命你的夢想成真，你的財富都會飽滿。

心高氣傲會令你財失預算，不想年底拮据生活，就得正視問題了。

在你需要時，朋友們都會與你同在，並協助你渡過難關。

樣樣事情皆盡在預期內，但古語有云：人算不如天算，總有失手時。

吐氣揚眉在一朝，台上一分鐘，台下十年功，辛勞是值得的。

每件事情都以它現在所需要的方式來出現，看透幻象，看到背後的真正秩序。

一切爭吵與衝突正在化解當中，並逐一打開其中所涉及的每一個人之心。

學習氣功的朋友們，做多幾次深呼吸，緩慢地吐氣，喚醒你的能量，能有效釋放負能量。

保持開放的心，學習新的觀點，然後將這些新觀點教導給其他人。