



法式扒房 新張優惠

法式扒房 The Grill Room 2.0 概念店近日進駐銅鑼灣廣場二期，並在即日起至9月30日推出3款餐單優惠，包括 Set Dinner Menu、Executive Lunch Menu 及 Weekend Brunch Menu。Set Dinner Menu 包括2道菜（優惠價 HK\$318）及3道菜（優惠價 HK\$376），有7款主菜可供選擇。

推介菜式有招牌美國 16 安士 USDA 安格斯肉眼牛扒，以帶豐富肌肉纖維和脂肪分布的牛扒入鑊，配以紅酒調配的牛肉原汁、牛肝菌牛肉原汁及法式蛋黃醬3款醬汁，一次嘗遍3款滋味。煙燻香脆乳豬伴焦糖波蘿配古斯米沙律以秘方醃製6小時，再以蘋果木煙燻2小時製成，滿口甘香。燒新西蘭羊架伴脆洋蔥球羽衣甘藍配紅椒醬，鮮嫩羊肉伴上酥脆的洋蔥和羽衣甘藍，口感豐富。

適合上班族午膳的4道菜 Executive Lunch Menu 現為 HK\$258 起（原價 HK\$328），包括2款餐湯、3款前菜、7款主菜及甜品供選擇。周末則可考慮 Weekend Brunch Menu，以 HK\$198 品嚐5款開胃法式前菜，以及10款1主菜。 記者：Ruth



可持續概念東南亞美食

近年大眾對環保、可持續發展的關注與日俱增。可持續餐飲品牌 KIN 於上環開設 Cafe，推出以有機放養雞蛋製成的和風雞蛋三文治，以及與本地餐廳聯乘的新菜單，帶來環保健康的東南亞美食。

3款和風有機雞蛋三文治包括原味蛋治、蘑菇蛋治及火腿蛋治，均採用品牌出產的無添加激素及抗生素雞蛋。店內並提供多款純素選擇，如純素朱古力蛋糕配杏仁脆片和 Matchali 士多啤梨抹茶拿鐵等。和風蛋治採用混合西日式的烹煮方法，先拌發蛋漿煎成香濃的燒玉子，裹上薄薄脆皮後炸脆表面，最後以鬆軟吐司夾疊，富有層次。

品牌定期聯乘各地餐廳及名廚製作東南亞美饌，現正攜手入選《香港澳門米芝蓮指南 2023》的兩姊妹涼皮公司，以及泰國米芝蓮必比登推介、首度來港的 Sri Trat，分別推出麻辣蒟蒻涼皮配手撕走地雞肉及有機雞蛋（HK\$78），及烤紅咖喱配燒豬肩肉飯（HK\$98），清新惹味。 記者：Ruth



創意魚品店 燒賣作主食

魚類含優質蛋白質和奧米加-3 脂肪酸，對身體益處良多。創意魚品餐廳魚事者於銅鑼灣希慎廣場開設新店，同時推出新菜式，包括燒賣底「我要自由點」、新「Fishotto 魚米粒粒」口味，以及新「Come 撈魚麵」口味。為慶祝新店開張及品牌三周年，銅鑼灣店推出多項優惠，如 HK\$3 燒賣等。

「Fishotto 魚米粒粒」和「輕鬆 Come 撈魚麵」是餐廳的招牌系列。Fishotto 魚米粒粒將魚品製作成米粒大小，取代意大利米，為意大利燴飯帶來變奏味道。系列新推出「青咖喱 Fishotto 配豬頸肉」及「墨汁 Fishotto 配煎帶子蘆筍」口味，於新店發售。Come 撈魚麵則以魚麵搭配西餐醬汁，包括「蝦頭油炸蝦球魚麵撈」、「芝士汁吉列豬扒魚麵撈」，以及全新的「卡邦尼烤雞魚麵撈」等。

餐廳並在「我要自由點」中首次加入燒賣底，讓食客除了可選茭魚麵底或菜底外，還可將燒賣作為主食，搭配茭魚山、鴨血、卜卜蜆、肥牛、豬頸肉等配菜，「燒賣控」務必一試。 記者：斯如



第一道前菜「五牛圖」，三款美點均與牛有關。



廚魔梁經倫

廚魔梁經倫為其米芝蓮食府 Bo Innovation 推出全新分子料理菜單，他以一如既往的鬼才藝術風格，將每道菜連接中國名畫，加上不惜工本的矜貴食材，呈獻別樣的分子料理。餐單多道菜和國畫大師齊白石的畫聯繫上，讓食客邊嘗美味邊賞名畫，藉以了解名畫歷史，吃出米芝蓮二星晚餐的藝術感。 記者、攝影：Shirley

名廚×名畫

廚魔料理新菜單

廚魔為饕客呈現在餐桌上的不止美食，還有讓人陶醉的儀式感，每次有新餐單，他都會換上相對應的新餐具，今次用的是1981年國畫家伍奇峰手工繪畫的碟子，本身就是一件藝術品。廚魔的全新分子料理菜單，第一道菜的靈感來自《五牛圖》，該畫由唐代畫家韓昉所作，曾被宋高宗、乾隆等皇帝收藏，為中國十大傳世名畫之一。廚魔將《五牛圖》概念融入五牛彩繪盤子上的三款與牛有關的前菜，分別為牛肝加上清淡牛蒡，然後是牛乳（筆者嘗過後認為應該叫中式芝士）襯牛油果，最後是蝸牛和牛骨髓。這些一口酥式小點先點爆了味蕾，再揭開這頓國畫盛宴的帷幕。

老夫子打麻將作靈感

間場小點是牛肝菌泡芙，打成蓉的牛肝菌，加上牛的脂肪相伴，味道出奇地和諧。廚魔不忘從香港取經，接着一道菜表現的是港式文化，以《老夫子》攻打四方城的漫畫作靈感，「中發白」圖案盤子送上的是一枚「麻將」，麻將用高筍、紫蘇葉加淮山磨粉做成的膏凍。襯底的是北海道鮮帶子，入口鮮味瀰漫，隨即融化。

之後一道 Sobert 雪芭，靈感來自國畫大師齊白石的絕活「蝦」。齊白石畫蝦乃畫壇一絕，其蝦靈動活潑，栩栩如生。廚魔先以 Sobert 洗掉前一道菜殘留的味道，讓味覺重新體驗新一道菜的輕淡和雅致。白色晶瑩透明的是法國藍蝦肉，包裹着黑色魚子醬，邊看着桌上齊白石的畫邊咀嚼鮮甜蝦肉和清新魚子醬，頗有一番融藝術於美食的快感。接着一道是阿拉斯加長腳蟹，相輝映的是齊白石的墨荷。荷葉形陶盆充滿藝術感，擺盤更是把一個荷塘呈現在盤子裏，有荷葉荷花還有蓮藕，一股清涼荷香襲上心頭，盡去炎夏暑氣。

主菜是九年陳法國米煮成的雞飯加炒米，兩種口感交織，層次豐富。另一道要讚的是廚魔杯麵，廚魔延續個人創意，玩轉港人熟悉的日本杯麵品牌，製成「Demon Cup Noodle」，杯內是幾片入口即化的慢煮牛肉，無論賣相與味道均讓筆者大為驚喜。最後呈上的甜品，再次回到齊白石的畫之上——《荔枝圖》，一小籃荔枝端於筆者面前，儼然一件雕塑品，紅殼白肉的荔枝，活生生在眼前，連黑色的荔枝核也做得惟肖惟妙，荔枝核用沖繩黑糖做成，白肉則是荔枝雪糕，和齊白石的《荔枝圖》配在一起，一絕！



「中發白」盤子內的麻將牌，形象而美味。



碟中的 Sobert 配黑色的魚子醬，白色的深海藍蝦，入口清新。

主菜之一是九年陳法國米煮成的雞飯，加上炒米點綴，雞汁濃郁，齒頰留香。

這道菜的靈感來自齊白石的畫，畫中蓮花池呈現在餐碟內，有荷花瓣、荷葉和越南小蓮藕簇擁着阿拉斯加長腳蟹，色香味俱佳。

齊白石的荔枝圖變成餐中，光看賣相已經讓人垂涎欲滴。清新的荔枝雪糕，甜美感覺沁入心脾。

廚魔杯麵內的慢煮牛肉，嫩滑程度讓人難忘。

健康飲食新潮流 蒟蒻飯麵美味飽肚

近年香港推崇素食或生酮飲食，坊間的「健康餐廳」也越開越多，如中環的「五感日常」，以蒟蒻麵及飯入饌，讓食客滿足口腹之慾時，毋須擔心攝取過量澱粉質；Pret A Manger 亦推出由註冊營養師制定的營養午餐系列，讓港人即使「出街食飯」，也可吃得健康。 記者、攝影：Janice、Karen

蒟蒻飯使用芥花籽油製作，不含澱粉質。「五感日常」參考日本營養豐富的五目飯炮製出蒟蒻飯，將紅蘿蔔、牛蒡、香菇與蒟蒻飯同炒，適合素食人士。另一款香滑和牛蒟蒻飯將來自日本的 A5 和牛製成免治牛肉，再加入五目蒟蒻飯，更為惹味。餐廳並推出口水雞撈蒟蒻麵，雞肉辣度輕微，配上用柑桔及青檸調製的冷麵，清甜酸



口水雞撈蒟蒻麵，HK\$68。

爽。喜歡海鮮的食客可一試焗龍蝦雞湯蒟蒻麵，加上蒜蓉和辣椒的龍蝦經焗後散發陣陣香氣。食客並可按喜好選擇鮮煲椰子雞湯或野生竹筍松茸菌湯。椰子雞湯用30斤雞再加入椰子肉等熬製，素食者可選擇竹筍松茸菌湯，廚師用羊肚菌等8款菇類烹調，味道濃郁。

營養餐單選擇多 英國餐飲連鎖店 Pret A Manger 為迎合健康飲食潮流，與註冊營養師合作，即日起至9月8日推出健康午餐系列「乜都同你計」，分別是「肌不擇食餐」、「道道暢通餐」及「隨心所欲肉餐」。午餐附有卡路里、碳水化合物、蛋白質及脂肪含量等營養資訊，有助都市人根據營養需求選擇合適的午餐。如健身愛好者對蛋白質的需求大，可選擇「肌不擇食餐」，星期一有京式烤鴨薄餅卷、公司沙律及鮮南瓜湯等。實行彈性素飲食法的人士，主張少吃肉類及海鮮，多吃蔬果、全穀類、堅果等，「隨心所欲肉餐」星



蒜香辣椒焗龍蝦雞湯 蒟蒻麵，HK\$118。

期二餐單有小龍蝦火箭菜三文治搭配韓式拌菜沙律及香橙西柚沙律等，口感豐富。「道道暢通餐」採用款式多樣的全穀類、堅果及種子、蔬果及香草等，如星期二有韓式拌菜沙律配蘇格蘭煙三文魚三文治；星期四則有辣味甜薯素丸子烤薄餅卷配意大利蔬菜濃湯。上述營養餐不但選擇豐富，而且不用自己「左計右計」，即可吃出健康。



餐單由註冊營養師制定，適合關注健康飲食人士。