

TEXT: 林家慧

新鲜事!**Fostre 高级自助餐**

厌倦了千遍一律的自助餐?不妨试试菜式精致服务专业的



Fostre。由香格里拉酒店与商贸酒店的前任厨师挂帅,菜式国际化,还包括提供器具、布置、音响灯光、表演嘉宾、请帖设计等增值服务,非常适合商业场合,甚至婚礼派对。询问电话 62880133。



Fish & Co

Fish & Co 游向区域

11月7日起,你将在百汇广场的瀑布旁看到一艘巨型“太空船”……那就是Fish & Co的第8间分行啦!本月才刚进军澳洲柏斯市区的Fish & Co,将在百汇广场分店独家推出7道新主菜,包括各式海鲜意大利面以及烤三文鱼。

美式韩式 2合1

继宏茂桥的旗舰店之后,义安城5楼现在也增设一家BREEKS!和ZingDo的2合1概念餐馆。Zingdo方面除了包括我们喜欢的Bi Bim Bap、韩国拉面、Bulgogi牛肉等等,还增添更道地的新菜肴,例如酿有糯米饭的参鸡汤以及冬粉泡菜汤!姐妹餐馆Seoul Garden为欢庆20周年,也将送出特制滑鼠垫给每两位顾客。

**食谱****“黄金年华”之“名厨料理”**

导播:潘上英 主持:麦皓为
示范厨师:张瑞华(乐龄朋友)
11月14日(星期五),
下午3.30 第8波道

糯米饭

材料:糯米(掺少许白米),三层肉,虾米,香菇,花生。

调味料:油,胡椒粉,酱青,盐少许。

做法:

- 1.下油先炒三层肉,接着是虾米,香菇,花生。炒时加调味料,胡椒粉,酱青和盐少许。
- 2.糯米也要炒过,同样下些调味料。
- 3.之后,将糯米和所有材料放入盘中蒸45分钟左右,即可上桌。

**958城市频道
“巧手妙厨”**

主持:曾生莲 11月17日
(星期一),下午4.15

香滑豆花

材料A:黄豆300克,清水2800毫升。

材料B:石膏粉1又1/2茶匙,粟粉4汤匙,清水6汤匙。

材料C糖浆:白糖300克,香兰叶8片,清水1杯,生姜5片。

做法:

- 1.将黄豆洗净,用清水浸泡4至5小时,沥干水分。
- 2.将材料B拌匀,倒在一个大盘里候用。
- 3.将黄豆倒入搅拌机里,加入清水,将黄豆磨幼。
- 4.将豆浆过滤,倒入锅里,把豆浆煮开。
- 5.倒入石膏粉盘里,静放30分钟即可。
- 6.加入糖浆一起吃。

“开心厨房”

导播:蔡美萍

主持:潘玲玲

嘉宾主持:方太

播映日期:11月15日(星期六),晚上7.00 第8波道

干贝翠环大虾

材料:丝瓜一小条,中虾十余只,干贝四粒,杞子半汤匙。

调味料:盐,糖,胡椒粉各少许。

做法:

- 1.丝瓜削去外皮洗净,切成半寸环状,中间切开少许。
- 2.虾去壳,头,可留尾少许,挑肠洗净,用少许生粉拌匀,穿入丝瓜环中,排放上碟,隔水蒸熟。待用。
- 3.杞子洗净,干贝用清水浸透,略蒸撕碎,水分留用。
- 4.烧热少许油,放入干贝,杞子及干贝水约半杯,加入调味兜匀,用生粉水埋薄馅,淋上虾面即成。

水煮牛肉

材料:牛肉100克,云耳,笋片各适量,豆腐干两块,青、红辣椒各一只,花椒一茶匙,蒜蓉,干葱蓉各一茶匙,芫荽,芹菜各一棵,上汤一碗。

调味料:辣豆瓣酱一汤匙,生抽,盐,糖,胡椒粉各适量。

做法:

- 1.云耳泡浸透洗净,豆干切片,青、红椒切块,牛肉切片,放入生抽,生粉各少许拌匀,略炒盛出,待用。
- 2.烧热油一个半汤匙,放入料头,辣酱爆香,注入上汤调味,花椒兜匀。
- 3.青红椒,豆干,云耳各炒加入上汤中。略煮片刻,最后加入牛肉,利用汤水煮熟。
- 4.将芫荽,芹菜同切小段放面即刻盛起,供食。||