



總監俱樂部

會訊

2015 年 10 月號



歡迎
預訂

原鼎杏汁菜膽燉白肺湯

大鼎 \$860 (12 至 15 位用)

絕對是秋冬養顏潤肺止咳化痰絕佳湯水，亦是會員喜愛的燉湯之一。

松露什菌炒蝦球

例牌 \$168



上湯蔥花焗虎蝦 (伊底)

例牌 (4 隻) \$230



大石砸蟹

例牌 \$180

古法羊腩煲

例牌 \$260

以傳統古法製作，滋補暖胃



大廚推介！ 秋冬之選



魚湯艇皇浸時蔬

例牌 \$105



淮杞螺頭鳳爪龍骨燉海中寶湯

中鼎 \$450 (6 至 8 位用)

大鼎 \$860 (12 至 15 位用)

螺頭是粵菜中的上等材料，味清甜，益脾養肝，滋陰補腎，配合鳳爪、赤肉、瑤柱、淮杞燉成湯。老少皆宜，深受大家喜愛。



竹籠糯米蟹飯

\$185



雞蛋焗魚腸

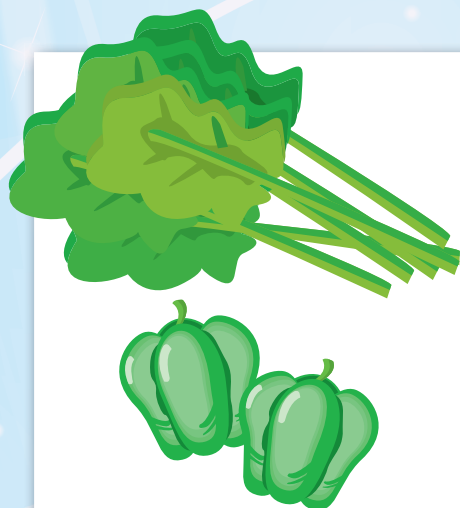
例牌 \$130

留意身體出現危險時會發出信號



如果肝臟有了毒素…

1. 指甲表面有凸起的稜線，或是向下凹陷。中醫認為“肝主筋”，指甲是“筋”的一部分，所以毒素在肝臟蓄積時，指甲上會有明顯的信號。
2. 乳腺出現增生，經前乳腺的脹痛明顯增加。乳腺屬於肝經循行路線上的要塞，一旦肝經中有“毒”存在，乳腺增生隨即產生，尤其在經血即將排出時，會因氣血的充盛而變得脹痛明顯。
3. 情緒容易抑鬱。肝臟是體內調控情緒的臟器，一旦肝內的毒不能及時排出，阻塞氣的運行，就會產生明顯的不良情緒。
4. 偏頭痛，臉部的兩側長痘痘，還會出現痛經。臉部兩側以及小腹，是肝經和它的搭檔膽經的“一畝三分地”，一旦肝的排毒不暢快，自己的後院就會先著火。



怎麼排毒更順暢：

1. 吃青色的食物。按中醫五行理論，青色的食物可以通達肝氣，起到很好的疏肝、解郁、緩解情緒作用，屬於幫助肝臟排毒的食物。中醫專家推薦青色的橘子或檸檬，連皮做成青橘果汁或是青檸檬水，直接飲用就好。
2. 枸杞提升肝臟的耐受性。除了排毒之外，還應該提升肝臟抵抗毒素的能力。這種食物首推枸杞，它具有很好的保護肝臟的作用，可以提升肝臟對毒素的耐受性。食用時以咀嚼著吃最好，每天吃一小把。
3. 按壓肝臟排毒要穴。這是指太沖穴，位置在足背第一、二跖骨結合部之前的凹陷中。用拇指按揉 3~5 分鐘，感覺輕微酸脹即可。不要用太大的力氣，兩隻腳交替按壓。
4. 眼淚排毒法。相較於從不哭泣的男人，女人壽命更長，這不能不說和眼淚有關係。中醫早已有有了這個認識，而且也被西方醫學所證實。作為排泄液的淚液，同汗液和尿液一樣，裡面確實有一些對身體有害的生化毒素。所以，難受時、委屈時、壓抑時就乾脆哭出來吧。



亞伯教你煲靚湯

穀芽麥芽鴨肫湯

材料：

山楂 10 克，穀芽、麥芽各 20 克，鮮鴨肫 2 個。

烹調方法：

將鮮鴨肫剖開，除去肫內污物，洗淨肫內黃衣，並將上述用料放入煲內，加入清水六碗，用文火煎湯約二小時，得湯二碗，分早晚飲一碗，每日一次，連服三天。

主治：

飲食積滯，小兒食積。



功效：

補脾益胃，消食導滯。

山楂 ~ 增加胃中消化酶的分泌，促進消化，並能加強胃脂肪酶、蛋白酶的活性。

穀芽及麥芽 ~ 主消米麵食積。



使用時注意：

脾虛泄瀉，蟲積病者不宜。



歡迎新會員加入

基本會員

黃鴻輝	李國英	區彩嫻	耿達光	李有良	樂翠萍	吳雅斯	劉樹林	曾仲康
黃國綸	張肖鳳	葉浩權	何非池	鄧佩鸞	曾柏祺	魏嶢峰	羅浩雲	張俊傑
鍾永樑	林得強	陳鎮榮	陸恭正	江潤發	顏璇	蔡志賢	黃紹雯	黎蕊萍
梁兆棠	詹銘亮	葉志泳	黃志強	潘健民	鄭偉昌	曾志輝	馬超武	曾偉成
黃金城	黃慶強	陳偉倫	張國龍	邱慧敏	陳兆宗	鄧樹勳	包利賢	李碧嘉
周炳信	龐思明	鄧慧芯	歐錫麟					

附屬會員

原偉強 蘇翠珊 余雄略 徐偉強 鄭國雄 蘇貫虹 劉紹鈞

貴賓會員

黃若喬

金陶軒

為配合菜式製作
敬請提前預訂

壽筵喜宴

惠顧滿三席，同時可享用以下優惠

- * 每席敬送金陶軒首創「金豬賀壽桃飽」
- * 每席敬送合時鮮果拼盆或席上鮮橙
- * 敬送指定精美請柬（每席 8 張）
- * 每席敬送指定紅酒 1 支
- * 免費麻雀耍樂
- * 自來酒免開瓶費



設計圖片僅供參考

鴻運乳豬全體
彩椒西芹蚌片蝦球
百花炸釀蟹鉗
清蒸鮮鮑魚
淮杞螺頭龍骨燉海中寶
清蒸老虎斑
蟹肉鮮菇扒翡翠
金陶軒脆皮雞
田園健康炒飯
上湯水餃長壽生麵
蓮子紅荳沙



A
優惠價
每席 \$5,880

鴻運乳豬大拼盆
蘭花玉環瑤柱甫
碧綠珊瑚玉帶
糖醋小排骨拼金絲鳳尾蝦
花膠絲海皇燕窩羹
清蒸大沙巴斑
金菇瑤柱扒翡翠
金陶軒脆皮雞
田園健康炒飯
菜苗炆長壽伊麵
蓮子紅荳沙



B
優惠價
每席 \$5,380

每席包：生力啤酒或汽水共十二罐

此優惠菜單，生日八折咭不能使用
菜單如有任何修改，恕不另行通知