



MACY-GAZINE



胃脹脹點算好？

不少都市人都曾經體驗過脘腹脹滿的不適感，自覺是脹滿的一種症狀。西醫會歸類為功能性消化不良、胃炎等類似疾病，而中醫則稱之為痞滿，屬於脾胃功能失常的表現。

那是甚麼導致痞滿呢？

傷食

所謂「食不言寢不語」，邊進食邊說話，會讓大量空氣和著食物進入胃腸管道，以致氣機阻滯。另外，產氣的食物如豆製品、芋頭等在進入腸胃後，容易發酵產氣；生冷食物也會導致寒凝於胃，阻礙腸胃消化。

肝胃不和

人的情緒與五臟有著密切的聯繫，情緒不好氣鬱傷肝，肝氣橫逆犯胃，可見胃脘脹滿痛連脅肋。

肝鬱胃熱

由肝胃不和發展致鬱而化火，橫逆犯胃，胃失健運，內生濕濁，胃郁生熱，加上飲食不慎而誘發。胃痛時輕時重，胃脘部灼熱泛酸。

脾虛胃寒

素體脾胃陽氣虛損，運化不及，寒濁內生脾胃。常因進食生冷食物感寒而復發，導致胃部隱隱作痛。

氣滯血瘀

胃脘痛日久不愈，氣血瘀滯，痛有定處，胃脘飽悶似有物內阻。

改善方法包括：

穴位按摩

以手掌按摩腹部，將掌心置於臍周，順時針方向按摩腹部3-5分鐘，以透熱為度。然後稍用力下壓腹部10~20次。

熱敷

可將熱水袋等發熱的東西置於腹部，溫養胃腸，加強運化。

湯療

以黨參12克、大棗8粒、陳皮3克加水煎湯代茶飲。

粥療

用小米20克加 海參1支和少量薑片煲粥食用。

要減少痞滿的發生，日常宜少食多餐，挑清淡、易消化的食物，避免過度進食生冷、辛辣的食物，戒酒精飲料，切忌暴飲暴食或飢飽無常。

註冊中醫師賴政錫

香港大學中醫藥學全科學士

專長：中醫內科、婦科、皮膚美容科、痛症，以及針灸治療及理療等

電郵：dr.c.clay@gmail.com



中醫淺談

文：賴政錫中醫師

歡歡喜喜辭舊歲

高高興興過新年

家嫂「喜」談

HEARTY EXPRESS

恒興行賣的參茸海味質素好就不用多講，我們賣的一般藥材亦是頂級的。

而一般家庭用上這些藥材的機會，往往比參茸海味更多，所以更要選擇質素好的，以免吃壞身子。

今期家嫂就教大家幾款常用藥材的挑選方法。還會介紹兩款將海味變家常菜的簡單食譜。

中醫淺談則會討論不少都市人都曾患有的痞滿症。

大家如果去工展會的話，記得到恒興行的攤位參觀選購，有很多精選優惠產品，讓大家好好準備做冬和過年。

Macy's



特級黨參



日本海參 40-45支(已浸發)



新會陳皮



法國有機小米



恒興行

地址：上環高陞街19號

電話：2548 0153(4線)

營業時間：星期一至星期六上午9時至下午6時(星期日及公眾假期休息)

網址：www.hanghing1960.com.hk

f Hang Hing Prestige Company Limited

56839960 Hanghing1960 恒興行

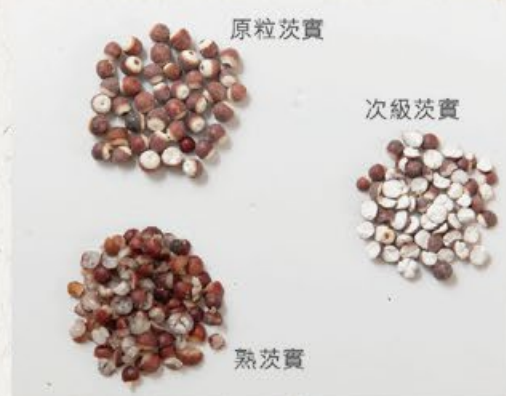
精挑細選 常用藥材

所謂牡丹雖好還需綠葉扶持，既然用得鮑魚、花膠、海參等一級海味煲湯，當然要用同樣頂級的藥材，才不至浪費了大好的海味。即使是煲家常老火湯，這些藥材也很常用到。正因為常用，所以更加要擇優而買，不能因為不是名貴藥材便隨便亂買，因為坊間的產品質素參差，品質不好的，分分鐘吃壞肚皮。



百合

- 產地有廣東、廣西、湖南等地，以湖南出產之龍牙百合為上品。
- 龍牙百合指兩頭尖的百合瓣，像一隻龍的牙齒。外型修長、肉厚，煲起來帶粉香。
- 沒有經硫磺煙燻的百合嗅起來會有百合的天然甜香。
- 其他產區的百合比較圓身，顏色帶黑，雜質也多，如經硫磺煙燻的會有刺鼻氣味，煲起來亦會較硬及有帶酸的味道。



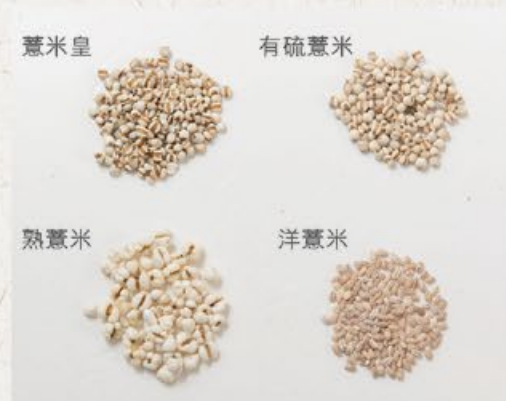
茨實

- 因為產於廣東肇慶，又名肇實。不過因為成本問題，現在大多已改到湖南、浙江等地種植。但仍以在肇慶種植的肇實質量和功效為最佳。
- 肇實因為以人手去殼，顆粒飽滿，煲起時會爆花，入口粉香。外地種植的則一般較硬。
- 而在地種植的多以機器原粒破開去殼，所以價錢較平，但雜質多，也容易變碎屑。



蓮子

- 分帶皮的湘蓮和去皮的白蓮。
- 湘蓮產自廣東、廣西、湖南等地，以湖南的為最好品質。因為帶皮所以會有一點苦澀味，適宜煲湯。而湯會帶點紅色，有補血作用。
- 白蓮則以福建產為最好，有清火氣的功效，適合煲糖水。
- 選擇蓮子要挑飽滿、大小一致和沒雜質的，最好用鼻嗅一嗅，因為沒有經硫磺煙燻的都會帶有蓮子天然的香甜味。質量好的蓮子煲起入口粉香。
- 經硫磺煙燻的蓮子都會有著一股酸味，煲起來亦較硬身。



薏米

- 盛產於貴州。
- 以顆粒飽滿均勻、完整而沒有雜質為上貨。
- 坊間有人以洋薏米充當薏米，其實品種不一樣，雖然價錢平一半，但根本沒有薏米的功效。

淮山

- 淮山有很多產區，例如廣東、廣西、安徽，但以河南鐵棍淮山的藥用價值為最高。
- 一般人認為淮山煲過後口感要爽才是靚貨，其實那只是加工手法的分別。傳統加工是先把淮山碌實再刨成片，這就是煲完入口會比較爽的原因，而且看上去比較光滑；加工時沒有碌實便切片，淮山煲完就會比較鬆散。購買時可視乎個人喜好去選擇。
- 淮山因為非常容易變壞，一般都必須先以硫磺煙燻防腐，問題是後續有沒有做足加工處理，將硫磺含量降低。買淮山時最好不要揀又乾又硬，而且色澤略為帶黃的淮山，這些通常都不是產於河南，而且絕大部份硫磺含量超標，會帶酸味。

無花果乾

- 無花果乾的主要產地有伊朗、土耳其和美國。伊朗產的皮厚肉少；土耳其的則果肉厚；而美國產的最歷史悠久，最多人認識。
- 最好選購無經硫磺煙燻的無花果乾，多數從顏色可以分辨：表皮因為果糖的分佈，會有不同深淺色，深色部份越多代表果糖越多，會較甜。可以的話最好可以嗅一嗅，經硫磺煙燻的會帶明顯的硫磺和酸味。不過由於無花果含有豐富果糖，顏色容易變黑，亦容易有蟲蛀，所以必須要冷藏保存。
- 市面上買到的無花果乾，為了防止變壞和令顏色更吸引，絕大多數經硫磺煙燻，除了可嗅出硫磺的氣味，表皮顏色亦會比較一致。用經硫磺煙燻過的無花果煲湯，湯水會帶有酸味。

紅棗

- 紅棗只是一個統稱，粗略可分為雞心棗、灰棗和泡棗，原產於河南和河北，其中以河南雞心棗最為出名。但由於氣候變化、樹種老化及土地短缺問題，所以現在絕大部分都是在日光充足、早晚溫差大的新疆種植。現時香港市場主要是賣新疆的若羌及和田紅棗。
- 由於若羌日光較多，所以出產的紅棗質量會比和田棗高。
- 選購紅棗最好揀雞心棗，雖然體積細小，但皮薄、籽小、肉質扎實，棗味濃而清甜，而且藥用價值最高。購買時要選帶光澤、紋理不深的。
- 灰棗雖然大粒而且甜度高，但棗味較淡；而泡棗就大粒但肉質不結實。
- 和田棗價錢雖平，不過皮厚，而且帶有苦澀味。

南棗

- 南棗本來產於浙江義烏，但近年義烏逐漸開發成工業區，所以現在大部分南棗也是生產於義烏旁邊的東陽。傳統的南棗是經過煮、蒸、曬、煙燻等工序，才是正宗南棗，有藥用價值，補氣補血。
- 選購南棗時要挑紋理夠密、顏色帶光澤、有煙燻味的，越大粒越好。價錢一般以大小作分別。
- 不法商人多以價錢平得多的馬牙棗冒充南棗，沒有補血功效，味道亦帶酸。不過肉眼較難分辨兩者，但如能用手摸，南棗肉質結實，馬牙棗則肉質鬆軟。剪開後亦可從籽形看出：真正的南棗籽只有一頭尖，馬牙棗的籽則是兩頭尖的。
- 亦有人以黑棗冒充南棗。



咖喱海參蒸水蛋

Steamed Egg with Sea Cucumber in Curry Sauce



即食日本海參(已蒸)3支/包 \$330/包
所需食材費用: \$140

材料:		Ingredients:	
已蒸熟海參	1支	Steamed sea cucumber	1 pc
梅頭豬肉	95克	Lean pork	95g
洋蔥	1/2個	Onion	1/2
雞蛋	100克 (約2隻)	Egg	100g (approx. 2)
蒜頭	3片	Garlic	3 slices
蔥花	適量	Chopped spring onion	Little
咖喱醬	2茶匙	Curry paste	2 tsp
咖喱粉	1/2茶匙	Curry powder	1/2 tsp
鹽	3/4茶匙	Salt	3/4 tsp
糖	1/4茶匙	Sugar	1/4 tsp
生粉	1/4茶匙	Corn flour	1/4 tsp
胡椒粉	1/8茶匙	Ground white pepper	1/8 tsp
水	1/2杯	Water	1/2 cup
雞湯	1/4杯	Chicken stock	1/4 cup

- 做法:**
1. 梅頭豬肉剁碎後以1/2茶匙鹽、糖和生粉 (事先加少許水拌勻) 醃1/2小時。
 2. 海參和洋蔥切粒備用。
 3. 雞蛋加胡椒粉、1/4茶匙鹽、雞湯和水打勻後過篩，倒入碟中，以錫紙或保鮮紙覆蓋，以中火蒸8分鐘。
 4. 燒熱油鑊，爆香蒜片，加入咖喱醬和咖喱粉炒香，再下洋蔥爆香，然後加入豬肉和海參炒熟，撒下蔥花炒勻，放到已蒸好的水蛋上即成。

Directions:

1. Mince the pork and marinate with 1/2 teaspoon of salt, sugar and corn flour (mixed with a little water) for 1/2 hour.
2. Dice the sea cucumber and onion.
3. Beat the eggs with white pepper, 1/4 teaspoon of salt, chicken stock and water. Sieve the egg mixture and then pour into a plate. Cover with tin foil or plastic wrap. Steam over medium heat for 8 minutes.
4. Heat oil in a wok. Stir-fry the garlic. Add the curry paste and powder and stir-fry until fragrant. Put in the onion and cook until soft. Add in the pork and sea cucumber and stir-fry until cooked. Lastly add in the spring onion and mix well. Dish onto the steamed egg and serve.

家嫂教路: 蒸時必須蓋上錫紙或保鮮紙，不然蛋會變糙。
蒸蛋時間要因應爐具調整，如用蒸爐便需長一點時間。

Tips: Cover the egg mixture with tin foil or plastic wrap, or the steamed egg will have a rough texture. The steaming time depends on the equipment you use. If you use a steam oven it will take longer.

清肝補腎湯

Soup with Sea Cucumber and Chinese Herbs



清肝補腎湯包 \$93/包
南太平洋海參(21-23支)(已浸發)5支/包 \$680/包
所需食材費用: \$303

材料:		Ingredients:	
已浸發南太平洋海參(21-23支)	2支	Soaked South Pacific sea cucumber (21-23 pc per catty)	2 pc
瘦肉	10兩	Lean pork	10 taels
一級脫水淮山	28.5克	Dried Chinese yam	28.5g
杜仲肉	22克	Hedge prinsepia nut	22g
原粒大茨實	20克	Gordon enryale seed	20g
熟茨實	20克	Cooked gordon enryale seed	20g
AA黨參	17.5克	Pilose asiabell root	17.5g
特大野生海玉竹	5克	Wild polygonatum macropodium root	15g
土耳其無花果乾	3粒	Turkish dried fig	3 pc
特級寧夏杞子	5.5克	Dried babury wolfberry	5.5g
陳皮	1片	Dried tangerine peel	1 pc
水	15碗	Water	15 bowls

- 做法:**
1. 全部材料洗淨，無花果、海玉竹剪開。
 2. 瘦肉焯水。
 3. 除杞子外全部材料以大火煲滾15分鐘，再轉中小火煲1小時，下杞子再煲 1/2小時，以鹽調味即成。

Directions:

1. Rinse all ingredients. Cut the figs and polygonatum macropodium root into pieces.
2. Blanch the pork.
3. Bring all ingredients, except the babury wolfberries, to boil over high heat for 15 minutes. Turn to medium-low heat and simmer for 1 hour. Add in the babury wolfberries and continue to simmer for another 1/2 hour. Season with salt.

家嫂教路: 如喜愛較甜口味，可加紅蘿蔔1個。
如不想海參溶於湯中，可於最後45分鐘才加入海參同煲。

Tips: If you prefer a sweeter taste, you may add a carrot to the ingredients. If you do not want the sea cucumbers to be dissolved into the soup, put them into the soup 15 minutes before your add in the babury wolfberries.

綠豆薏米昆布海帶糖水

Green Bean Sweet Soup



泰國綠豆 \$17.5/斤
日本昆布 (4兩/包) \$65/包
福建白蓮 \$133/斤
所需食材費用: \$43

材料:		Ingredients:	
綠豆	250克	Green bean	250g
生薏米	30克	Dried jobstears seed	30g
福建白蓮	80克	Dried Fujian white lotus seed	80g
海帶	2塊	Dried seaweed	2 pc
		Common rue	2 bunches
		Rock sugar	40g
		Water	12 cups

- 做法:**
1. 綠豆洗淨。昆布洗淨後浸30分鐘，切絲。生薏米洗淨後浸1小時。
 2. 將綠豆、生薏米、昆布、臭草和水以大火煮滾後煲30分鐘，再轉中小火煲 1 1/2小時。
 3. 白蓮加冰糖和水煲20分鐘後熄火燜30分鐘，加進已煲好的綠豆糖水內即成。

Directions:

1. Rinse green beans and seaweeds. Soak the seaweeds for 30 minutes and shred. Rinse the jobstears seeds and soak for 1 hour.
2. Bring green beans, jobstears seeds, seaweeds, common rue and water to boil over high heat for 30 minutes. Turn to medium-low heat and simmer for 1 1/2 hours.
3. Bring the white lotus seeds and rock sugar to boil for 20 minutes. Turn off the heat, leave the lid on and rest for 30 minutes. Add lotus seeds to the sweet soup and serve.

家嫂教路: 白蓮加冰糖煮過後已帶甜味，如加入綠豆糖水後仍覺不夠甜度，可額外再加冰糖煮溶。

Tips: The lotus seeds are sweetened after cooked with rock sugar. If you think the sweet soup is not sweet enough after adding the lotus seeds, you may add extra rock sugar to the sweet soup and boil until melted. This sweet soup can clear internal heat, remove toxin and is good for the heart.

南瓜粉絲蒸花膠

Steamed Fish Maw with Pumpkin and Vermicelli



小孔膠公肚 \$1480/斤
原本脫水秋寒菇(中) \$368/斤
所需食材費用: \$126

材料:		Ingredients:	
已浸發扎膠(小)	4隻	Soaked fish maw (small)	4 pc
北海道元貝(S)	1粒	Hokkaido dried scallop (small)	1 pc
已蒸好原本脫水秋寒菇(中)	1隻	Steamed dried mushroom (medium)	1 pc
蝦米	11克	Pumpkin	230g
南瓜	230克	Dried shrimp	11g
粉絲	50克	Vermicelli	50g
豆豉	7克	Fermented soya bean	7g
蒜茸	1湯匙	Minced garlic	1 tbsp
台灣有機白蔴油(薄鹽)	2湯匙	Taiwanese organic black bean sauce	2 tbsp
熟油	1湯匙	Cooked oil	1 tbsp
酒	少許	Wine	Little

- 做法:**
1. 花膠洗淨後一開為四。
 2. 南瓜去皮、切片後焯水。
 3. 元貝浸軟後去枕撕成絲。秋寒菇切片。蝦米浸1/2小時後瀝乾。粉絲浸軟瀝乾。
 4. 將花膠、南瓜和粉絲放於碟上。
 5. 燒熱油鑊，爆香豆豉、蒜茸、秋寒菇、元貝和蝦米，瀝酒，炒起放在花膠、南瓜和粉絲上面，隔水蒸10分鐘，淋上白蔴油和熟油即成。

Directions:

1. Cut each fish maw into 4 pieces.
2. Peel, slice and blanch the pumpkin.
3. Soak the dried scallop until soft. Remove the side muscle and tear apart into very thin strips. Slice the mushrooms. Soak the dried shrimps for 1/2 hour and drain. Soak the vermicelli until soft.
4. Put the fish maw, pumpkin and vermicelli on a plate.
5. Heat oil in a wok. Stir-fry the fermented soya beans, garlic, mushrooms, scallop strips and dried shrimps. Place on top of the fish maw, pumpkin and vermicelli. Steam for 10 minutes. Pour over the cooked oil and black bean sauce to serve.

家嫂教路: 南瓜必須先焯水，不然需要很長時間才能蒸軟。
最好選用日本南瓜，水份較少，質感較粉。

Tips: Blanch the pumpkin or it will take a long time to steam until soft. It is better to use Japanese pumpkins as they contain less water and have a tender texture.

雙棗太子參茶

Dates and Heterophyly Falsestarwort Roots Tea



太子參(半斤/包) \$119.5/包
新疆雞心紅棗 \$78/斤
大南棗 \$290/斤
所需食材費用: \$20

材料:		Ingredients:	
去核雞心棗	10粒	Seeded dried small red dates	10
南棗	6粒	Dried jujubes	6
太子參	8克	Heterophyly falsestarwort root	8 g
		Dried tangerine peel	1 pc
		Water	5 cups

- 做法:**
1. 果皮浸軟後去囊洗淨。
 2. 所有材料洗淨後連水以大火煲至滾，改以中小火煲45分鐘即成。

Directions:

1. Soak the dried tangerine peel until soft. Scrap off the white pith and rinse well.
2. Rinse all other dry ingredients and bring them, together with the water, to boil over high heat. Turn to medium-low heat and simmer for 45 minutes.

家嫂教路: 雞心棗藥味濃，而且藥用價值較高。

Tips: It is better to use smaller red dates for stronger taste and better medicinal effects.

新春賀年禮籃

恒興行為你準備了三款精選賀年禮物籃，過年送禮，健康又體面。



【賀年禮籃】

HK\$2,850

AA花菇禮盒	450克	發菜禮盒	75克
台灣阿里山冷萃雪耳(10份/包)	1包	印度野生金筒花膠(AA)	225克
法國有機紅藜麥	1包	一級乾螺頭禮盒	225克
台灣頂級有機蔴油	1樽	土耳其千子果禮盒	600克
台灣頂級有機白蔴油(薄鹽)	1樽	鮮味臘腸皇	375克
雜莓果仁	1樽	鬆化鮮潤腸	375克
日本佐多白蘭地梅酒	1樽		

【賀年禮籃】

HK\$6,080

糟鹵鮑魚(8頭)	1樽	西班牙有機果味橄欖油	1樽
日本北海道M元貝	225克	台灣頂級有機白蔴油(蔴油)	1樽
巴西8頭扎膠禮盒	336克	發菜禮盒	75克
日本L蠔鼓禮盒	600克	台灣阿里山冷萃雪耳(10份/包)	1包



【賀年禮籃】

HK\$5,680

金牌南非罐頭鮑魚(10頭)	1罐	台灣頂級有機白蔴油(薄鹽)	1樽
南太平洋秀參 17-20支	600克	雜莓果仁	1樽
日本北海道M元貝	225克	台灣阿里山冷萃雪耳(10份/包)	1包
日本L蠔鼓禮盒	375克	日本佐多白蘭地梅酒	1樽
韓國天白中花菇禮盒	375克	胎菊花果茶(20份/盒)	1盒

除以上3款指定禮物籃外，客人亦可自選其他海味產品組合，每個禮籃另加\$600作包裝費及運輸費。
(如選擇自取則每個禮籃只需加\$500包裝費)



產品新包裝

大家最近來恒興行上環總店可有發覺甚麼不同？
家嫂廚房換了新商標，所有家嫂廚房產品亦已換上全新包裝，
希望帶給大家一個幸福愉快的新感覺。
不過無論包裝怎樣變，產品質素一直保持頂級、優質。
家嫂出品，必屬佳品！



做節首選 家嫂廚房即食系列

由即日起至1月26日接受預訂，不設送貨。



鹿福齊來鹿筋煲

HK\$382/份

以鮑汁炆新西蘭鹿筋、南太平洋秀參和韓國天白中花菇，香濃入味。

(必需預訂)



海參鮑魚冬菇煲

HK\$498/份

南太平洋秀參、南非鮑魚、韓國天白中花菇、日本蠔鼓共煮一爐，滋味無窮。

(必需預訂)



矜貴鮑汁海味拼盤

HK\$628/盒

矜貴拼盤包括南非鮑魚4隻、印度野生金筒花膠1隻和南太平洋秀參1支，全部以鮑汁炆得香甜入味。不用花幾大時間去準備，只需簡單翻熱即可，特別適合一家人分享或在家宴客。

(有現貨，售完即止)



新上市 限量

家嫂即食南非瀉心鮑魚

21頭(6隻/盒) HK\$1365/盒 26頭(6隻/盒) HK\$875/盒

32頭(8隻/盒) HK\$770/盒
特級南非瀉心鮑魚，經最少兩天炆煮後，軟滑香甜，媲美日本乾鮑。(有現貨，售完即止)

另可預訂其他頭數的南非、日本乾鮑，如要代炆煮(以一斤起計)另收\$600/斤加工費



家嫂秘炆野生青邊鮑(1隻/盒)

(鮑魚淨重74克 +/-5%)

HK\$336/隻

用炆乾鮑的方法去炆急凍野生青邊鮑，同時有乾鮑的香味及青邊鮑的鮮味。

(有現貨，不需預訂)



鮑汁炆日本海參(懶人包)

(海參淨重210克 +/-5%)

HK\$398/包

產自日本海無污染海域，肉厚質滑，飽吸鮑汁香味。只需簡單翻熱即可。

(有現貨，售完即止)



鮑汁炆特級印度野生金筒花膠

(花膠淨重200克 +/-5%) (懶人包)

HK\$410/包

印度金筒花膠全野生，沒有養殖花膠的腥味。經鮑汁炆煮後，膠質豐富，入口滑溜。只需簡單翻熱即可。

(有現貨，售完即止)



鮑汁炆韓國天白中花菇

(冬菇淨重450克 +/-5%)

HK\$196/盒

韓國天白中花菇在冬天最凍的時候出產，口感爽滑，菇味較濃。

(有現貨，不需預訂)



鮑汁炆波蘭鵝掌(6隻/盒)

HK\$240/盒

用真鮑汁去炆的波蘭鵝掌，不太脆亦不會硬，入口滿是鮑汁香，很是滋味。

(有現貨，不需預訂)



糟鹵鮑魚

(8隻/樽) HK\$398

(30克/樽) HK\$298

以秘製糟鹵汁醃製精選南非鮑魚，肥美彈牙，啖啖酒香，送禮自用皆宜。

(必需預訂)



糟鹵法國鵝鵝腿(10隻/樽)

HK\$126/樽

含豐富的蛋白質和維他命，脂肪及膽固醇卻低，而且不含抗生素、荷爾蒙等。酒熟後再浸糟鹵汁，鮮味之餘又帶酒香，是有益的小吃。

(必需預訂)



糟鹵瀉心雞蛋(6隻/樽)

HK\$75/樽

雞蛋煮熟瀉心蛋後再浸糟鹵汁，香濃蛋味與淡淡酒香是絕配。佐酒、淨吃、伴麵皆可。

(必需預訂)



雜莓果仁(265克 +/-5%)

HK\$82/樽

夏威夷果仁、意大利桃、美國杏仁、印度腰果、藍莓乾和蔓越莓乾組合而成最佳零食。有益心臟健康；藍莓補眼；蔓越莓則對胃部好，可以預防幽門螺旋桿菌侵襲。

(必需預訂)



雜莓果仁(250克 +/-5%)

HK\$108/樽

對於不喜乾果的客人，也可選擇單買果仁。夏威夷果仁、意大利桃、美國杏仁和印度腰果經低溫烘焗，不加任何調味，香脆、好味、飽肚，是有益健康的零食。

(有現貨，不需預訂)



海參蓮子甜湯

HK\$48/包

海參煲了5小時至完全融化，再加紅棗、蓮子、薑和紅糖煮成糖水，入口淡淡薑味。女士們經後食更加有補血功效。

(有現貨，不需預訂)



秘製子薑(230克)

HK\$85/樽

新鮮子薑切片後以白醋及糖醃製，酸中帶甜，微辛，配瀉心皮蛋吃最佳，亦可用作炒牛肉等菜式。

(有現貨，不需預訂)

以上貨品恕無任何折扣

*以上圖片只供參考