

開心老字號 ◆李慧雅

蠔得起



秋風起三蛇肥，這句說話提醒你秋天是時候開始吃蛇，因為牠們最肥味的季節就是秋天。大閘蟹亦是秋天開始最適合食用，但今年的天氣特別熱，重兩的大閘蟹數量比較少，因此價格亦較貴。除了蛇及大閘蟹外，秋天亦是吃生蠔的最佳季節。

如你查問歐洲人什麼時候是吃蠔的最佳日子，他們會回答你凡有R字母的月份就是吃蠔的最佳日子。他們說的R月份，即是月份內有R字的月份，即9月至4月（September、October、November、December、January、February、March、April）是吃蠔的最佳時候。

在香港，一般可以吃到來自法國、美國、澳洲及南非等地的生

蠔，每個國家、每個品種的蠔的口感、味道也很不同，吃蠔與飲酒一樣，沒有分最好與最差的，因為每個人口味不一。但一般香港人都會愛吃法國的蠔，因覺得牠們的海水味很鮮甜，今次介紹的 Oyster Station，除了會有香港人喜歡的品種，在這裡吃蠔最開心是熱情的招待及老闆的熱心介紹，他們會主動解說每一種蠔的不同之處，助你揀選心愛的來吃。今回老闆特別介紹香港少見的 Papin Poget 蠔，牠來自法國的勃艮第，味道很鮮甜、海水味較濃，是值得一試的蠔。

吃完生蠔後，切記品嚐他們每天烹調的海鮮粥，它用了很多海鮮（包括蠔）烹調海鮮的湯底再煮成粥，味道鮮甜

配料新鮮，是一碗很用心炮製的粥。提提各位，去品嚐前最好先致電訂位及預留喜愛的蠔，以防受歡迎的蠔一早售罄。

Oyster Station Snack & Oyster Bar
地址：土瓜灣宋皇臺道38號傲雲峰地舖
電話：3514 3062



全書共十六個篇章，內容鋪陳既獨立成章，亦可總體比對閱讀，行文深入淺出，簡要有序。



◆馮皓

中醫文

「醫人」了。

《中醫與你》一書內容

溯數千年，人民從生活經驗始，歷經反覆驗證，朝代更迭，至近代大體上已完備了中醫學。中醫學看似艱深難明，其實雖遠還近，當中只要走近中醫，細味簡樸之道，那麼，大家就是「中醫人」了。

《中醫與你》

《中醫與你》由香港健康協會出版，旨在貫徹推行中醫社區普及教育事工，及關顧市民身心健康。作者朱國棟中醫師、黃雪美保健師用上大半年時間共同耕耘乃成，並期望為社會大眾在認識中醫文化上建立一道橋樑，及能夠奉行「中醫人」

的生活態度。
《中醫與你》原價\$60，現讀者可以優惠價\$45購買，收入將撥作襄助香港健康協會「癌症專科贈醫施藥」服務經費。讀者只需附以貼上\$5.4郵費之回郵信封（6.5吋 x 9吋），連同書價支票（抬頭：聖雅各福群會）言明購買以上書籍，逕寄香港灣仔石水渠街85號一樓105室，或親臨購買亦可。查詢：2831-3215。



◆阿虫

投資之道 ◆史丹利

2:8 理財之道

近期天氣相當悶熱，經常令人昏昏欲睡之餘，筆者家中的兩位「老友記」亦少了一個有益身心的節目——行山。在此都提提各位老友記，近來「天口燬」，出街除了帶遮之餘，亦要帶多一支水「傍身」！由於兩老「坐唔定」，所以打算找三五知己一同北上遊玩，其中一位是他們多年好友 Uncle 潘。Uncle 潘的仔女已「出身」，他本人亦已退休，並經常遊山玩水，相當寫意。很多身邊老友經常請教他，說他身體壯健不在話下，但經常四處暢遊，花費亦應該不少，不過，由於他本身並非家財萬貫，但理財有道下，各方好友均想找他「教路」。

原來，潘 Uncle 有他自己一套理財策略。早在退休前，他本身已有投資股票習慣，到退休後則將部分轉為持有公用股，大部分資金則用於定期，又或債券基金身上。由於筆者從事金融業，有時候與他閑談時，他也會詢問我有關投資意見，而筆者亦曾建

議他大概投資兩成資金作股票投資，餘下八成則屬安全投資。事實上，這一組合的回報未必能補回潘 Uncle 的旅遊支出，但因為本身潘 Uncle 子女會定時有家用，而且潘 Uncle 平日亦不算「大洗」，所以勉強幫助潘 Uncle 經常四處走。

其實潘 Uncle 還有一點個人心得，就是出外旅遊時，盡量減少不必要的消費，例如手信不會買太多，在食的要求上可能慳多一點，相反會預留多些資金用於參觀各地名勝，以及不時之需之用。但潘 Uncle 亦提到一個重點，就是一定要買旅遊保險，因身處異地最重要還是多一點保障。

另外，筆者老爹有一次亦不小心「爆」了潘 Uncle 的一些秘密給我知，原來他亦有「買馬仔」的習慣，或許因為有點心得，故不時會有少許「斬獲」。不過賭博或多或少較運氣成份，雖然筆者不會反對老爹「買兩手」，但亦會勸他「小賭怡情」！

古今照 ◆鄭寶鴻

皇后大道中

由中環街市西望，約1900年農曆新年期間。左方位於閣麟街口的恒芳雀鳥號，後來依次改為永春堂藥行、僑聯銀公司及三陽南貨號，其右鄰的「泰盛」於戰後為華豐燒臘，兩者於1992年拆卸以興建半山行人扶梯。

位於112號，即泰盛隔一間的「興昌隆洋貨」，於1930年代後期為永隆銀行，現時仍在原址經營。

前面有二輛馬車，其右方是1895年重建落成的第三代中環街市，現時的第四代建築是落成於1939年。

右方三層高屋宇是著名的南興隆辦館，於三十年代改作「全埃洋行」，於日治時代遭炸毀，所在現時為星展銀行。



●約1900年代的皇后大道中，攝於新年期間。



●舊「南興隆辦館」所在地，攝於2009年。