

陳國民父女多「煮」意

中環出更

中華廠商聯合會常務會董兼「家電大佬」陳國民(Edward)，因為愛下廚，三十年嚟馴身研究生產各式電器，成功打造億元家電王國。最近佢一口氣買下土瓜灣總部隔離八個工廈單位，打算將烹飪中心面積擴充一倍至四千呎，仲做埋私房菜添，目的係方便佢同城中好友一邊玩煮飯仔一邊把酒言歡，人生一樂也。

Edward最叻煮嘢食，經常喺烹飪中心炮製美食。早前佢同身兼工業總會青委會副主席嘅囡囡陳嘉賢(Karen)，齊齊下廚炮製生炒糯米飯及琵琶雞，仲有潮州人至愛嘅反沙芋、花生糖等甜品。只見佢哋輕鬆又合拍，依序將切好嘅材料放入自動炒菜機，唔使郁手炒，十二分鐘就完成香噴噴嘅糯米飯。

陳嘉賢拿手整刁鑽菜式

原來炮製琵琶雞仲簡單，將搽上醃料、風乾一晚嘅雞放入光波爐，不消廿分鐘就變出皮脆肉脆嘅琵琶雞，賣相都唔錯。卓妮試過佢哋嘅手勢，確係色香味俱全，仲趁機偷吓師添！不過，咪以為佢哋餐餐都要食好嘢，原來Edward只得自己一個人嘅時候，食一碗雲吞麵已經搞掂，佢仲話希望推廣健康生活態度，深化食得健康嘅理念。

已育有一子嘅Karen，喺外國讀書居住咗十二年，所以點都學識煮飯嘅，就算佢想食鮮磨核桃露、葡撻或刁鑽菜式，都絕對難唔到佢，但返港後礙於工作忙碌，家備自然成為家中嘅「伙頭大將軍」。

卓妮



■陳國民煮生炒糯米飯有番咁上下手勢。



■陳國民(左)及陳嘉賢(右)父女檔下廚，好似玩魔法咁完成一道道美食。(溫國佳攝)



■不消廿分鐘即變出皮脆肉脆嘅琵琶雞。



■純天然嘅花生糖，最啱過年應節。

方潤華有獨門養生秘笈

卓妮每次見到年近九十歲嘅協成行集團主席方潤華，都係精力充沛、健步如飛。尋日佢同孫仔方添輝一同出席公開活動時，透露自己除咗勤於游泳同運動外，仲有一本獨門「秘笈」，就係佢親手編寫嘅《養生之道》喇。

袋定幾本贈有緣人

方潤華話，呢本秘笈係係八九年面世，當年為咗紀念父母方樹泉伉儷而印製，而佢手上呢本已經係第三版喇。

養生有道嘅方潤華話，佢哋《養生之道》入面分享咗自己對保持健康嘅睇法同心得，記載咗唔少滋補健體嘅食療，以及修身、養生等等道理，希望大家睇完本秘笈後，善用入面各種

養生方法，健康長壽。

方潤華話，佢家每途出街都會袋定幾本「秘笈」俾身邊嘅有緣人，粗略估計至今已派咗十幾萬本喇，佢仲希望收到呢本書嘅人，睇完之後送畀親友、同事傳閱。佢笑言，如果大家喺中環一帶見到佢，不妨主動問佢攞番本睇睇吓，交流吓養生之道喇。



■方潤華(左)將養生心得編製成小冊子《養生之道》(上圖)，廣發畀有緣人參閱。右為佢孫仔方添輝。(葉華英攝)

專責特別需要社群 李家傑獲邀助扶貧

特首梁振英視扶貧工作為新政府重點工作之一，早前已重設扶貧委員會並邀請各界社會人士加入，近日又為轄下多個小組委任增補委員，其中令人眼前一亮嘅增補委員，就係人稱「四叔」恒基地產主席李兆基嘅長子李家傑，佢獲邀加入做扶貧委員會轄下「特別需要社群專責小組」增補委員之一。

主動要求想加入

李家傑近年致力參與社會事務，有幾耐之前透過恒基溫暖工程基金，分別喺天水圍、深水埗同筲箕灣開設咗三間以平價見稱嘅「家園便利店」，點知話咁快就獲垂青加入「特別需要社群專責小組」成為增補委員，相信事前都有乜人會估到。不過，其實佢於去年底曾表示會主動聯絡政府，提出想加入扶貧委員會，唔知係咪用誠意打動到政府呢？

至於由政務司司長林鄭月娥親自出任主席嘅「社會保障和退休保障專責小組」，據聞會研究退休保障問題，因此各方人士都嚴陣以待，除咗有最多嘅十四名扶

提醒委會有覆核 意見隨時變證供

Greg 蘇

界業播廣

行日代有代 業留提的昭局員



眼淚是女人的最大武器。去年國民教育風波鬧得沸沸揚揚之際，政務司司長林鄭月娥稱因感觸於市民不信任政府，在電視鏡頭前潸然淚下。

前日，這位素來「好打得」的港府一姐再次展現柔性一面，雖沒有流淚，但感性依然，坦言上任以來曾因施政困難，情緒有一定波動，擔心今屆政府有否足夠能量應付現今政治環境及土地不足等種種挑戰。林太公開吐衷情，是希望打柔情牌，替民望潛水的梁朝政府爭回幾點同情分，還是有意打開口牌，向同路風雨人婉委轉達心中微言？

半年前，答案肯定是前者，但現在，可能兩個因素也有，甚至後者的動機更大。

施政報告發表之後，林鄭「有情緒」的傳聞在官場不脛而走。有說，施政報告「開創新

情緒波動 暗

員委員會委員加入，另外五名增補委員中有至少三人係學術界代表，包括安老事務委員會主席陳章明、香港大學經濟學教授王于漸等，相信到時將會掀起一番激烈嘅討論。



■李家傑獲邀加入扶貧委員會擔任轄下小組增補委員。(資料圖片)

立會新服務有段古 手語兩派 爭做傳譯

立法會今個月起提供手語即時傳譯服務，方便聽障人士了解議會工作，但原來呢項服務推出嘅過程中曾爆發手語派系拉鋸戰。話說本港手語分為兩派，一派運用嘅手語比較簡單易明，用於日常溝通就最啱；另一派就比較複雜，通常用於傳譯法庭事務。立法會秘書處揀選派系提供服務時，旋即引起兩派拉鋸，兩方都爭住要立法會採用佢哋嘅手語派系。

吳文華學晒兩種

不過，秘書處後來發現，提供法庭派系手語傳譯服務嘅人手供應，比簡單手語更加充裕，加上立法會始終係立法嘅地方，手語傳譯應該要精確啲，所以立法會最後決定咗委託聾人福利促進會，請人傳譯法庭派系嘅手語，服務聽障人士。



另一邊廂，前立法會秘書長吳文華(Pauline)為咗更了解手語傳譯呢項服務，早前專登報讀課程學咗兩堂手語。

咁Pauline又學咗邊種派系嘅手語呢？佢就話兩種都有學，其實佢嘅目的係去了解唔同語系嘅異同，並唔係真正去學手語，所以佢學咗嘅手語，都已經還番晒畀手語老師喇。

■吳文華在任秘書長時，為籌備推出立法會手語服務，曾經學咗兩堂手語。(資料圖片)

Geeg蘇又喺信中提醒，有機構正就發牌申請事宜提出司法覆核，任何關於當局現時處理該司法覆核申請嘅細節事宜，佢都唔會評論。唔單止咁，佢仲提醒出席者「在這次會議所作出的任何關於該司法覆核案件的意見或評論，我們將不予回應，並保留在日後的司法程序中就該等意見或評論提出爭議的權利」，換句話大家嘅意見將作為日後司法覆核嘅呈堂證供。

出席代表勢難暢所欲言

Geeg蘇呢封信，猶如去信「兇」人哋有分別，試問出席嘅廣播業界代表，仲邊能夠暢所欲言呢？定係每間機構代表都要帶多位律師出席會議呢？不過，呢班業界代表最後係咪夠膽出聲表達不滿就唔知，但委員會主席黃毓民收到Geeg蘇呢封信，就肯定要做番啲嘢，就係要喺開會前或開會時提醒出席嘅代表，必須注意當局嘅「提醒」，否則將來發生乜嘢事，就閣下自理喇。



蘇錦樑

王維基

TVBuddy

訴衷情

把官場傳統一手扔進垃圾桶，當了幾十年政務官的林太其實暗裏亦頗不是味兒。更犯難的是，她心裏憐惜這條祖宗家法，卻要充當劊子手，出來為這項「新政」解畫。

為甚麼沒了施政綱領呢？官場心照不宣，綱領是施政的時間表，是政策的量度器，綱領「被消失」，就是怕施政萬一不順，政策萬一拖誤，也沒這般突兀，沒這般礙眼吧。說穿了，不就是林太所言的那一句：擔心政府有否足夠能量應付前面挑戰。

據聞，林鄭的「情緒」還在於施政報告對僱建問題的「不作為」。新界村屋僱建登記工作結束了，施政報告竟然一句也沒有交代未來路向，變相把問題掃入地氈底，息事寧人，不提就等如不存在。林太因新界僱建跟新界鄉紳鬧翻，甚至被焚燒林門鄭氏棺材，現在港府行動沒了下文，寧不教伊人情緒波動？

林太在這些傳聞中公開訴衷情，那一句「情緒波動」實在教人浮想連翩。幸而，她不忘補了一句「我會坐定定」，就算她真「有情緒」，亦是撒嬌的警示，不是劈炮的前奏，否則，梁朝政府更加風雨交加，動盪難安了。



人有三急叫休會 田少小解 最緊要快

立法會尋日下午續會，討論自由黨提出嘅優化失業綜援制度議案，本來個會都開得幾順利，但喺大約三點半鐘嘅時候，當工聯會陳婉嫻鬧爆自由黨將啲失業人士趕盡殺絕後，該黨田北俊突然舉手，話要提出一個「規程問題」，大家以為佢覺得嫻姐嘅說話唔啱聽啦，原來係佢人有三急想去小便。

田少話：「啊！主席，我唔知有啲咩規程，我要求休息分零鐘，我要去洗手間！」

原來佢唔想因為去咗洗手間而聽唔到公民黨郭家麒發言，又話本來佢諗過可唔可以要求響鐘數人頭，但又唔知會唔會因為咁而搞到流會，所以先至硬住頭皮要求主席休會嗰。主席曾鈺成陰陰嘴笑咗幾聲之後，竟然批准咗田少嘅要求，宣布暫停會議十分鐘。

彈起身「我兩分鐘就返嚟」

聽到主席話要休會十分鐘咁耐，田少即時舉起兩隻手指，仲彈起身話：「對唔住，主席，我去洗手間，兩分鐘就返嚟！」佢咁講怕驚人以為佢去小便要十分鐘咁耐。亦估計主席批准休會，係因為田少係原動議人，等佢聽晒所有意見後先作最後總結發言。

Check In 站

政情版強化內容，增進互動，歡迎工商各界、社團及知名專業人士 Check In，提供業界或個人活動等全方位圖文訊息，來料來稿兼來相，全天候分享生活喜訊。來稿請附姓名、聯絡電話或電郵地址。

Check In站電郵：news@oriental.com.hk
Check In站傳真：3600 8800
Check In站地址：香港大埔工業邨大昌街23號東方報業中心政情版收

24小時讀者爆料平台
電話：3600 3600
on.cc東方互動各大智能手機Apps

手機：MMS ireport@on.cc
SMS 6500 6500
電郵：news@opg.com.hk
傳真：3600 8800