

全港銷量最高的地產家居雜誌

# 置業家居

ET

PROPERTY TIMES

香港經濟日報集團附屬刊物

置業家居  
800期 贈送最多  
**FUN**  
大抽獎  
300分  
印花編號: 013A  
剪存封面及P.14 印花, 即可參加大抽獎。  
頭獎: 42吋iDTV (價值\$8,888)

- ▶ 二手量價齊升 CCL向100點進發?
- ▶ 泉薈加推45伙 尚城擬先賣大單位
- ▶ 筲箕灣 i·UniQ 譽都 第一季推出 大埔 PROVIDENCE BAY 第二季路演



**專訪**  
永泰 **李簡鳳玲**:  
真正優質物業  
追求歷久常新

智能煲  
新丁變大廚



**二手買樓必讀**

- 實用屋苑篇**  
海怡半島  
鐵路通向97價
- 80後上車盤**  
大興花園  
平同區近兩成  
2房最平\$168萬起
- 租樓地帶**  
置富花園  
環境靜 實用高  
2房月租僅\$1.1萬起



溫天納



鄭躬洪



曾淵滄



王永偉



## 低按息·高通脹

### 專家

# 心水投資



鄧聲興



謝賢程



楊永仁



沈振盈

# 德國寶光波萬能煮食鍋 一目了然

全新推出的光波萬能煮食鍋，食物在一個特強玻璃鍋身內烹調，過程一目了然，更易掌握效果，玻璃可抵禦180度溫差。以遠紅外線烹調食物，再配合熱對流及熱傳導方式，進一步加速傳熱，省時節能。

煲身具備烤、煮、燒、煎、蒸、焗、炸及燉的功能，而新推的

光波鍋由以往1段風速提升至3段風速選擇，方便烹製不同的食物，更加設「快速加熱功能鍵」，可瞬間將溫度升至260度。

新款光波萬能煮食鍋備設可拆式插頭，容易將鍋身與電源線分離，方便將煮食鍋端上餐枱，收藏便捷。為免鍋蓋掀起向後倒下，底部備設防傾倒裝置，一

按按鈕，裝置自動從機背底部滑出，使用安全。

另外，光波發熱管的熱力更可達致高溫消毒效果，只需將清水及清潔劑注入鍋內加熱，便能分解玻璃容器內的油污及食物殘漬。

售價：\$1,280 (型號CKY-788)

查詢：德國寶 (27732888)



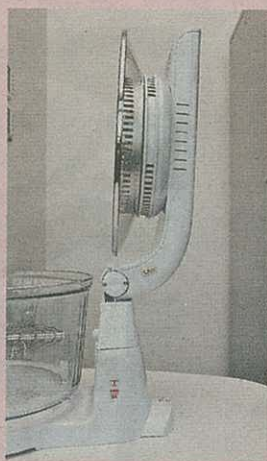
▲德國寶廚師阿聰稱，以光波萬能煮食鍋製成的燒肉健康味美，不含色澤，且能以煮食方法迫出多餘油份。



▲鍋具操作時散發橙紅色澤，煮食過程一目了然。



▲屏幕可清晰透視溫度及烹煮時間。



▲鍋具備可拆式插頭設計，可將整個鍋具端上餐枱款客。

▲為防鍋蓋過重令鍋身反轉，只需按下擊鍵，底部面積可伸延支撐。



## ▶ 鴻運當頭超脆皮燒肉

材料：五花腩連皮半斤

調味料：海鹽及五香粉少量

製法：

1. 豬腩肉洗淨後，將海鹽及五香粉均勻地塗於豬腩肉兩邊，醃製3小時。(圖1)
2. 豬肉置於滾水氽水約10秒，盛起瀝乾，

再於豬皮面刺上小孔。(圖2)

3. 將豬腩肉置於光波爐的低架內(豬腩肉厚身，可防止食物太貼近光波爐頂位)，豬皮面向下，以250度燒15分鐘。(圖3)
4. 將豬腩肉反轉，豬皮向上再燒30分鐘，

直至豬皮呈鬆脆狀即可取出切件。(圖4)

烹調秘訣：廚師阿聰稱在豬皮面刺上小孔，確保豬腩肉內油脂流向豬皮面，令豬皮面更香脆可口。

## ▶ 即製即食 皮脆肉嫩

阿聰表示坊間售賣的燒肉大多加入色素，令豬皮表面呈現紅燒的色澤。自家製燒肉不含食用色澤，香脆表皮全由光波爐燒製，煮婦可輕易弄出美食，即製即食，確保燒肉皮脆肉嫩的口感。



## ▶ 代代平安福袋 (8件分量)

材料：雞胗菇1隻、甘筍1條、西芹1條、洋蔥1個、韭菜花1條、春卷皮1塊(切成7吋x7吋)、雞蛋1隻

調味料：鹽、白胡椒粉及花雕酒適量

製法：

1. 甘筍及西芹去皮，所有材料洗淨後切粒；韭菜花以熱水焯1分鐘後浸冰水備用。
2. 將橄欖油注入鑊中燒熱，放進甘筍、西芹、洋蔥及雞胗菇炒香，再注入花雕酒略炒，以鹽及白胡椒粉調味。
3. 隔掉水份後，再將每份約1湯匙的餡料放在春卷皮的中央位置。
4. 春卷皮四端塗上蛋漿，再將四邊摺好封口輕力壓實，再以韭菜花紮緊，在春卷面底塗上少許橄欖油
5. 置於光波萬能煮食鍋以260度預熱，先將春卷底部向上置於高架烤5分鐘，反轉再烤5分鐘。

烹調秘訣：倘若想春卷皮表面呈展金黃色澤，可以塗上一層蛋漿再烤製。



## ▶ 洋洋得意香草燒羊扒

材料：羊扒(上七骨)1件、橄欖油100克、紅酒20毫升、乾蔥及蒜頭各20克、迷迭香5克、洋蔥5克、西芹5克、甘筍5克

製法：

1. 除掉羊扒上的肥肉後切件，混入洋蔥、西芹、甘筍及紅酒醃製1小時。
2. 將香草、乾蔥、蒜頭及橄欖油弄碎混合呈醬狀。
3. 羊扒兩端以明火煎香後加入香草醬。
4. 接著，放入光波爐以高架燒製9分鐘即成。

烹調秘訣：羊扒兩端煎香有助鎖緊內置肉汁，再以光波爐烹調令香草調味與羊扒混合，保持表面香脆及令肉質鮮嫩。(圖)

