

德國乾濕鹹豬手

瑞士是世界上為數不多的餐廳消費水平比香港還高出許多的國家。所以住在蘇黎世的這段時間經常和朋友開車去德國「搵食」。去到德國必須要吃的兩樣食物毋庸置疑的就是豬手和香腸。

德國豬手主要有兩種，分別為北德的水煮豬手和南德的烤豬手，無論是口味還是口感都完全不同，各有特色。

在柏林最古老的尼古拉教堂附近有一間百年老店 Mutter Hoppe，這裏的水煮豬手讓人一試難忘。水煮豬手的德語是 Eisbein，「Eis」是冰，「bein」是腿，可以直譯為「冰腿」，因為以前德國人在冬天的時候會把豬蹄膀上的骨頭當成冰刀在冰上滑行，故得此名。水煮豬手會選用有豐厚脂肪層的豬後小腿，用鹽等調料醃製後再水煮，口感就像香港粉麵店熱騰騰出爐的滷水豬手一樣軟嫩，用刀輕輕一劃就骨肉分離，顏色雖淺但味道不淡，且沒有豬肉的腥味，吃久了可以配上一口爽脆的腌酸菜，既中和了油膩度又能新鮮口感。

吃烤豬手，就要在菜單上找 Schweinshaxe。我在德瑞交界小城康斯坦茨的 Brauhaus 遇見了最好的烤豬手。所謂「最好」，即是烤得時間恰到好處，粗壯的豬手要三百六十度受熱均勻。金黃色的外皮卜卜脆，趁熱從四面八方一口咬下去，咬破脆皮後緊接着就接觸到軟爛的脂肪，跟着遇到口齒的是扎實幼滑、肉汁豐盈的瘦肉，層次融合，鹹香惹味，是視覺與味覺的雙豐收。

而且德國的豬手分量足實，一般的亞洲成年人很難自己吃完一份。而你隔壁的德國人，還能就着薯菜和一大杯啤酒，吃得只剩一根大骨，意滿而歸。

◀Brauhaus的烤豬手

樂活  
潘少

逢周一、三、五見報

媒人陳凱歌

陳凱歌飽受爭議的《無極》在籌備時，他與陳紅常常徵求我們這些媒體與影評人意見，從片名到主演陣容。該片最早確定的主演有韓國張東健、日本真田廣之，當年日本著名影星小雪特別想演女主角傾城，但凱歌導演夫婦認為這個角色不能再是日韓演員了，必須用中國演員。那時凱歌導演已與趙薇見面接觸，當時她主演的《天地英雄》正在公映，我們幾位影評人都覺得她當年的表演一般，七嘴八舌就讓凱歌導演動了換將的心思。

我說可以從港台女演員裏選，並推薦了張柏芝，建議導演看下她演的《河東獅吼》。後來，在鮑德熹老師的安排下，張柏芝飛到北京在凱賓斯基酒店與凱歌導演夫婦見面，就成了《無極》的女主演，傾城。該片第二男主角早就確定是當年人氣極高的謝霆鋒，二〇〇三年他已與張柏芝分手，卻在《無極》相逢。

二〇〇四年五月底，我去浙江橫店探班《無極》，那天是橫店外景殺青日，正好拍張東健推開城門救出傾

城的戲。殺青後，凱歌導演理髮，算是放鬆。陳紅告訴我，謝霆鋒人非常好，是電玩專家，張柏芝則性格豪爽，愛喝可樂，化妝時都抓緊時間眯眼補睡眠，與劇組相處很好，包括謝霆鋒。也正是在《無極》劇組的日子，他倆開始了情感的復合，直到二〇〇六年結婚。

前不久在中環，我和趙薇敘舊，我說覺得相識多年，虧欠她的應該是當年附和了不建議導演讓她演傾城的眾議。趙薇大笑說，這可促成了那段鋒芝婚姻，成人之美是善事。

鋒芝婚姻雖只維持了六年，但《無極》始終是陳凱歌難忘的「經典」。

二〇一二年，陳凱歌導演《搜索》，主演是趙又廷與高圓圓，兩人因戲生情，在該片發布會上公開戀情，兩年後在台北結婚，恩愛至今。陳凱歌再次成為月老。

雁南飛

楊勁松

逢周一、三、五見報

期待與人格

美國作家 Grethen Rubin 畢業於耶魯法學院，曾給最高法院第一位女性大法官 Sandra Day O'Connor 當過助手，卻放棄大有前途的律師行業，轉而投身於自助書籍的著述。她二〇〇九年發表的第一本書《幸福項目》(The Happiness Project)，立刻成為《紐約時報》榜上有名的暢銷書。之後她一直致力於相關問題的討論，最近又出版了《四種傾向》(The Four Tendencies)，關注人格與幸福的關係。

作者之前在個人網站上發布了一套心理測試題，通過整理、分析六十多萬份答卷得出如下結論。根據回應內部、外部期待的方式，我們的人格可以分為四種：循規蹈矩者（Up-holder），樂於助人者（Obliger），叛逆者（Rebel）和質疑者（Questioner）。書中分章對四種人格的優點、弱點詳加說明，並具體講解老闆該怎麼管理這四種人，作為同事、家人、朋友又怎麼才能更好與他們相處。

循規蹈矩者自覺自律，可靠細緻，能完成外界交付的任務，也能達成自定的目標。但因為過度推崇效率、獨立，有時顯得死板僵化，不近人情。質疑者為人公平，愛發問，講道理，但只執行與自己價值觀契合的要求。樂於助人者無私熱心，對他人有求必應，但常忽略自身需求，缺乏外在約束時無法達成自己的目標。叛逆者追求自由，我行我素，不願受任何外在、內在約束。

此書沒提供任何神經學、心理學依據，有些結論難免令人生疑：如，作者聲稱四種人格都天生注定，本性難改。從書中提到的例子來看，作者似乎更聚焦美國中產階級的白人婦女，忽略了種族、階層因素的影響。不過，她提到與四種人格相處的訣竅對讀者也許不無啓迪。即，要想說服規矩者、質疑者、助人者和叛逆者，你得分別說明：此事該做，為什麼做，不做會給別人帶來麻煩，怎麼做是你的自由。

墟里  
葉歌

逢周一、三、五見報

玩出潛能的博物館

樣的感官體驗。

展館由建築設計、媒體藝術、繪畫、音樂、科學化裝置等領域入手，建構出富創意的不同展區；多項大型遊具設備，融入最新的科學、工程、藝術、數學等教育理念，因應小朋友身心的需要，讓孩子在親自動手操作玩樂中，同步激發腦力創意，學習豐富知識。反映其為孩童建構優質育樂環境的用心，為孩子們提供了國際一流水準的寓教空間，讓小朋友可以於玩樂中，啓迪其無限潛能。



在科技活動區，親子可共同體驗、摸索如何用膠樽，合力設計一隻飛得又高又遠的動力火箭，讓父母與孩子動腦思考，親子合作，發揮創意；更可觸發孩子對科學知識及空氣力學的興趣，令樂趣滾滾來。

另一面是體驗東方文化的設計，東方生活市集讓孩子可從虛擬實境中體驗烹飪、做糕點、服飾及在節慶中體驗東方風情，感受和西方不同風味的異國情懷。只見很多小朋友好享受在市集的天地裏，相互扮演、對話，很有滿足感。而多元繪本角，又可讓小孩安靜走進繪本故事中，方桌上有畫紙、粉筆，供給小孩自由繪上故事的延續版，展示自己成品，滿足孩童塗鴉的快樂，從中領略美感與創意。看到小朋友在博物館不同場域中跑跳、攀爬、觸摸、互動對話，別以為沒用處，其實他們玩樂出潛能哩！

四分之三在香港

談天、享受綠色、放鬆心境，可謂一舉多得，是再充實不過的周末。

香港郊外景色之美毋須贅述，這兩個事例足以說明：麥理浩徑上榜《國家地理雜誌》全球20大夢想行山徑，龍脊被《時代周刊》（亞洲版）評選為亞洲最佳市區遠足徑。

但港人熱愛行山，並非單單因為景色，還因行山這事可謂「唾手可得」，時間成本和交通成本極低。舉例來說，

商業招數

護膚品店、各種韓國燒雞烤肉店也因此受惠。

某次在布拉格，發現機場指示語都有韓文，好生奇怪。同行的年輕人告知，韓國曾在此拍過電視劇《布拉格戀人》。懂了。怪不得許多韓國電視劇或電影會特別安排一段異國情節，原來是為吸引粉絲到此旅行。韓國的財團，也乘機進軍該地，建立韓國的酒店、食肆、超市。

許多韓國的電視電影，一開始就已規劃好商業的同步進行。劇中主角穿的衣服，幾乎一場一換。這邊戲還在演，那邊服裝業就緊隨着推出一套套服裝。首爾東大門的幾座批發大樓，也備好了服裝、鞋子、生活用品……找各地的入口商運走。這都是剛熱播的電影或電視劇角色穿過用過的。這樣的流水

《三便士歌劇》

主義社會的種種不公義。劇本的警句多不勝數：「搶劫銀行的人，怎及得上開設銀行的人般可惡？」「殺人者怎及得僱用別人者兇殘？」當中的標誌性台詞就是：「先填飽肚子，才再講道德！」

雖然劇本極具指控性，但《三》劇同時具有高度的劇場表演藝術性，因此不少藝術學校會將之作為訓練學生演員的劇目。一九九八年，內地著名導演陳顥便為中國青年藝術劇院導演《三》劇（《三毛錢歌劇》），令陳顥成為當年內地執導最多布氏戲劇的導演。香港演藝學院於二〇〇八年亦有學生曾漢仲將《三》劇作為其導演畢業作品。

直到近期，該學院再由畢業生陳恆輝回校導演《三》劇，為本年表演系的畢業班同

作業，在韓國已發展得非常成熟。

韓國商業有敏捷的應變能力。其美容業多年依賴中國遊客生存，不少國人到那兒學習整容和美容。但「薩德」事件後，內地遊客大幅度減少，韓國美容業中不少人即轉身，把生意基地移到了亞洲其他國家。

莫斯科較高檔的超市，有許多日本和韓國生產的衛生用品、化妝品、食品，這些生活常用品貨如輪轉，生意額必然就高。韓國人做生意，有自己一套招數。

人與歲月

凡心

fanxinw@hotmail.com

逢周一、三、五、日見報



學的「重頭戲」。陳恆輝本身已是本地專業劇團的導演，善長以創新手法演繹經典作品。不過以我看他導演的《三》劇，卻是較為平實和保守。這也無可厚非，他也許是着重學生演員發揮表演技巧，不想以剪裁原創來突出導演的功夫。全劇演員的歌唱技巧尤其出色，充分展現了歌劇的音色效果，再配合着演藝學院的劇場技術優勢，令到布萊希特的劇作，仍能展示尚佳的現代劇場味道。

文藝中年

輕羽

cloud.tkp@yahoo.com

逢周一、三、五、日見報



三十四歲的國際超模 Miranda Kerr，與身家二十九億美元的 Snapchat CEO Evan Spiegel 今年五月成婚。近日，他們宣布「正期待家庭迎來新成員」，證實 Miranda 懷上了第二胎。Miranda 是二婚，與首任丈夫育有一個六歲的兒子，她雖比 Evan 年長七歲，但這對「姐弟戀」十分恩愛。Miranda 目前事業家庭春風得意，被人稱為時尚辣媽。

「辣媽」是網絡新名詞，最早來自「辣妹合唱團」成員維多利亞。維多利亞嫁給碧咸做了母親後，粉絲便昵稱她為「辣媽」，此後，凡是性感美麗表現出色的年輕母親，常被人稱為辣媽，比如特朗普千金伊萬卡 and Miranda Kerr 米蘭達·可兒，她們的辣媽知名度不輸維多利亞。

辣媽的含義並不局限於外在成就，更包括積極向上的心態。以 Miranda 為例，她是一個高智商高情商的女子，笑容甜美，身體健康，即便結了婚，也不放棄工作，生完孩子休息一個月，就重登天橋。十幾年來，她堅持做瑜伽和普拉提，令身體每一處都精緻完美，舉止簡潔優雅，無懈可擊，如此操練日日進行，意志稍薄弱者都會望而生畏。

這個世界上除了自己，誰都不能阻止一個人追夢的脚步。自己想要什麼？自身有幾斤分量？只有自己最清楚明白。皎若太陽灼若芙蕖的小女子想做辣媽，引領風騷，征服世界，惟有不辭辛勞趁早耕耘，希望就在前方。

紅塵記事

慕秋

wusiupikwa23@yahoo.com.hk

逢周一、三、五見報



是青山綠水，這是常有的體驗。因此，港人常常可在辦公室與大自然之間隨意穿梭，在「加班狗」與「登山迷」之間切換自如。

台灣作家劉克襄曾經感嘆：廣達四分之三的郊野才是香港本色；我想要冒昧增加一句：郊遊行山才是港式生活的本色。

閃念  
大千

逢周一、三見報

