

正值當造季節的梨子，具去燥清熱、生津滋潤等功效，是最適合秋天進食的水果。今日請來林記水果負責人林先生，講解現時市面上最常見梨子品種的特性，教大家選購最香甜、最多汁及性價比最高的梨子。

文：褚愛琪 圖：鍾健華、新華社

選時果秘訣

混合品種糖分最高

林記水果負責人林先生表示，梨子入秋後開始大造，加上價錢豐儉由人，是最受歡迎的時令水果。現時本地供應的梨以內地為主，亦有人對來自日本或韓國的品種情有獨鍾，雖然價錢相對較高，但也不乏捧場客。以來自日本鳥取的新甘泉梨為例，是當地農民把水晶梨及豐水梨混種培植而成的品種，集合了兩者的優點，甜度相當高，果肉細緻綿密，是日本近年備受追捧的梨種。

內地近期也有不少新興果種，像是瑯玕梨及秋月梨。前者引入日本梨種作培植，賣點是價錢實惠，但具爽甜多汁的特性。同屬內地出產的秋月梨，糖分充沛及甘甜無渣，每逢入秋便踏入豐收期，是性價比高的梨子。

■林記水果負責人林先生表示，秋天的梨子最甜最多汁。

水潤秋梨

林記水果 地址：新蒲崗三祝街迷你坊2樓19室
查詢：9199 5181

揀選要訣： 表皮完整無瑕

林先生指，梨與其他水果不同，很難憑外表來挑選香甜或多汁，味道主要因應產地和品種而定。揀選梨子時，最重要是表面完整無缺，以及沒有黑點或腐爛。



■林先生表示，選梨子留意外皮須完整無缺。

新甘泉 優質混種

產地：日本鳥取
當造：8月至10月
特點：由水晶梨及豐水梨混種而成，甜度相當高，纖維綿密。

價錢：\$60/個



最香甜

甜度：★★★★★ (5★為最甜)
水分：★★★★★ (5★為最多汁)
性價比：★★★★ (5★為最抵食)

■近年很受歡迎的新甘泉，售價較貴但口感佳。

20世紀 水晶梨 酸甜細緻

產地：日本鳥取
當造：8月至10月
特點：薄皮多汁，果核小，果肉細緻，清甜帶點酸香。

價錢：\$30/個



最多汁

甜度：★★★★
水分：★★★★★
性價比：★★★★

■20世紀水晶梨清甜酸香，果汁充沛。

南水梨 甜度適中

產地：內地、韓國
當造：7月至10月
特點：皮較厚，表面呈青綠及帶啡色，吃起來爽脆不太甜膩。

價錢：\$8/個



甜度：★★★★
水分：★★★★
性價比：★★★★★

■內地及韓國均有出產南水梨。

瑯玕梨 清爽多汁

產地：內地
當造：7月至10月
特點：內地引入日本梨種作培植，黃褐色，口感清爽，水分充足。

價錢：\$15/個



最抵食

甜度：★★★★
水分：★★★★
性價比：★★★★★

■爽甜多汁的瑯玕梨價錢實惠，性價比高之選。

秋月梨 爽甜無渣

產地：內地
當造：8月至11月
特點：梨身特別大，呈橙褐色，肉質爽口無渣，味道甘甜。

價錢：\$15/個



甜度：★★★★
水分：★★★★
性價比：★★★★★

■秋月梨的糖分充沛及甘甜無渣，每逢入秋屬豐收期。

鴨梨 適合入饌

產地：內地
當造：8月至11月
特點：屬於白梨，是來自河北的古老梨種。甜度與水分適中，帶點微酸，除可當水果食用，亦可用來炮製湯品及糖水。

價錢：\$5/個



甜度：★★★★
水分：★★★★
性價比：★★★★

■除當水果吃，鴨梨還可用來煲湯及糖水。

滋潤食譜

註：所有產品售價僅作參考，以商戶最新公布為準。



花旗參鴨梨響螺湯



花旗參片	18克
鴨梨/雪梨	2個
急凍響螺	450克
瘦豬肉	280克
水	12杯

做法：



響螺解凍及用刷子擦乾淨，余水2分鐘再洗淨。



瘦豬肉余水2分鐘及洗淨。花旗參沖洗乾。



鴨梨去皮及切件，去蒂及去核。將所有材料放入煲內。



煲湯前，去除響螺的內臟。

以大火煮滾，轉中火煲1小時30分鐘，再轉慢火煲半小時。

李居明



會客室

stheadline.com/life

八字玄學 揭熊貓旺港真相



■人人都喜歡牛市，意味着股票大升。術家同樣也發現當人們流行吃肥牛，這個地區的經濟也特別興旺。吃牛肉可以激發一個人的致富激情而形成一種社會現象。

癸酉月香港行吉運

癸酉月最令港人興奮的是，港股連續上演大奇蹟，成交破天荒創5,000億新高，我們既不講政治，也不說經濟，只是講玄學。術家認為，每年一到「酉」月，通常最旺股票，因「酉金」最生「壬水」，壬水就是股票。前些年維港上空出現水龍捲異象，此為「青龍權現」，又名「天龍」，亦是因癸酉月的辰（龍）與酉（鳳）六合而來，香港行吉運才有股票狂升現象。龍捲風應在陸地為凶，應在海為吉兆，是資深術家都知的常識，不可搞錯。我正視聽一下，水龍捲是吉兆！

再說到中央送來兩隻大熊貓，不得不說，熊貓很旺香港，一來到香港，股票就興旺了，熊貓原來好腳頭！我之前

也講過，熊貓來香港是來報恩的，第一個「恩」已經令我們股市升到破紀錄了。

我們術家要說的另一樣，香港也很旺熊貓。原來那兩隻最長命的熊貓是在香港飼養的，所以香港是熊貓的長壽之都！此外，熊貓一向以難於繁殖見稱，我們香港的熊貓可以生一對孖胞胎，很厲害吧！

熊貓是「申酉戌」三會金局

何解熊貓這麼好命，人人喜歡，而且很旺香港呢？熊貓是「戌」土，但熊貓黑白相間的膚色有甚麼玄機？熊貓的身體是白色，代表酉金。眼睛是黑色，代表申金，所以，熊貓的名字，加上他的膚色，其實是「申酉戌」三會金局，造成熊貓的命運，由一個熱的戌土，變成了「金」。以正視聽，熊貓是屬金。香港的五行正是要「金」，難怪熊貓很旺香港。「金」也是目前人人最需要的五行，因為解釋了熊貓所到之處，均受人們寵愛。生了一對熊貓，其吉兆更上一層樓！

留鬚吉凶因人而異

八字學中「申酉戌」是一個很靈驗的三會局。話說城中某君，他是癸水人生於「戌」月，戌是熱泥，很容易把癸水蒸



■中央送贈兩隻大熊貓，其中一隻名叫可，善於攀爬，其溫柔可愛。

乾，非常身弱，要靠金水來生旺。當他大運行入五年「庚金」大運時，而他八字中有酉金，就變成同「熊貓」一樣，「申酉戌」會成金局，那五年他創業非常成功。可是，五年後，大運由「庚金」轉入「午火」，「午戌」合成火，將癸水蒸乾。在這種情況下，就不可以整塊面上留鬚。鬚鬚代表木，木助旺火，再吸走水，僅存的水也被蒸乾，令某君的事業受影響。

某君要金水，但他卻留鬚，如果這是經高人指點，只是講述了一個錯誤的八字觀念。因為他生於戌月太多土，用木來疏土，但他忘記了癸水人一定是身弱，永遠都要用金水，先金水，後木，用藥是有次序的。補木可以用水養四枝富貴竹，不一定留鬚鬚。為熊貓改名有何禁忌？請追看下期。

逢周一及周六刊登

部分圖片：李居明提供
註：以上純屬作者個人意見，不代表本報立場。