

# MyPaper 我报

mypaper.sg MCI (P) 123/11/2013

MONDAY FEBRUARY 24, 2014

## POST-CNY GIVEAWAYS

Tell us your problem area(s) & redeem

### FREE 2-WEEK INTENSIVE FAT-BURNING PROGRAMME

Which of the following do you wish to achieve?



A) Flatter tummy



B) Slimmer thighs



C) Toned arms

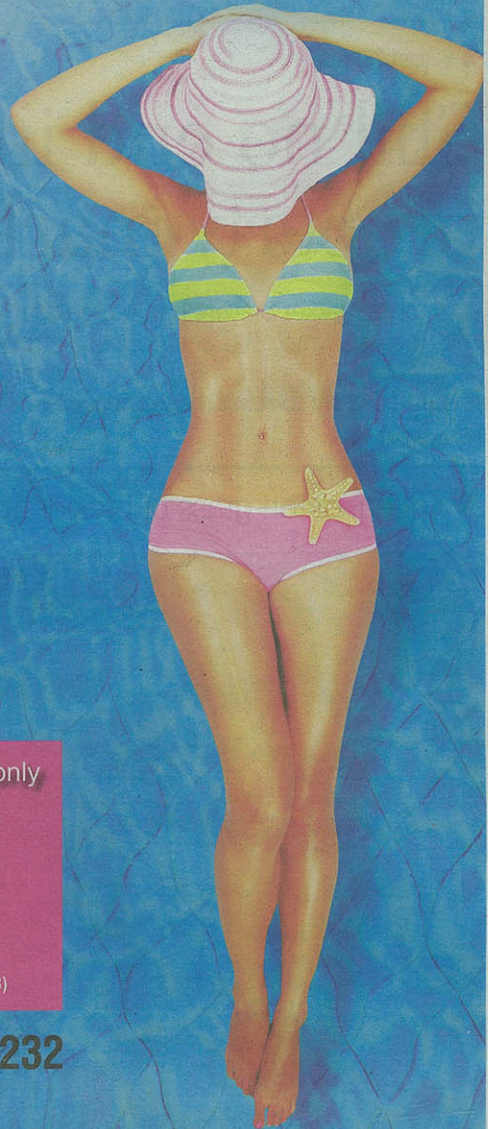


D) Smaller hips

E) All of the above



**LONDON**  
WEIGHT MANAGEMENT  
Best Beauty and Weight Loss Provider



First  
**100**  
SMS

For first-time female customers with weight concerns only

**FREE**

2-WEEK INTENSIVE  
Slimming Programme



3-pc Fat-Burning  
Product Set (worth \$68)

**SMS** LWMY, Name, NRIC, Answer (a,b,c,d or e) to 73232

**HOTLINE** 6222 1234

NEX 6392 1234 • Jubilee Square 6238 1234 • Ngee Ann City 6757 1234 • Novena Square 6565 1234 • Singapore Post Centre 6262 1234  
Tampines One 6260 1234 • The Clementi Mall 6883 1234 • Tiong Bahru Plaza 6388 1234 • Woodlands Civic Centre 6760 1234 • Yew Tee Point 6465 1234

Promotional treatments and products are redeemable after consultation. No charges for each SMS. For age 18 years and above only. \*Refers to full-body weight loss. Your results may vary. There is no scientific proof that any slimming programme can achieve permanent weight loss except when accompanied with a balanced diet and regular exercise. By responding to our advertisement, participants are agreeable for us to collect, use, disclose and/or process all personal data submitted for marketing purposes as described in our advertisement.

美食



海南蒸面包。

# 念念不忘的海南蒸面包

陈彬雁

## 你

怀念海南人的蒸面包吗？这一古早味，我小时候只听长辈一直念，从来不曾闻其香。30年后，我终于在PappaRich吃到了！

这里的海南蒸面包，严格来说是英国殖民地政府官员的配方。

PappaRich的执行总裁刘思远说：“咖啡和面包其实是欧洲人的文化。1930年代，马来西亚独立之前是殖

民地，英国人把咖啡和面包文化带到马来西亚，并把制作面包的法则传授给马来西亚的海南人。在那个年代，每一个籍贯内的凝聚力是很强的，海南人学会了，也只教海南人，所以海南人的蒸面包和咖啡，不是从海南来的，而是从欧洲那边来的。当初受雇于英国人，在英国人的面包房里烘面包的人，后来在1946年自己出来开面包店，被我们找到了。它属于家族生意，向来只从事小量生产。现在我们买下了这个面包房。”

“爸爸海南蒸面包”（\$3.90）蓬松而绵软，蘸上半生熟鸡蛋（\$2.90）最棒。敢敢涂上厚厚的一层咖喱吧！店里的新鲜咖喱完全不含防腐剂，香浓而真实。又或者，点一笼“乌达乌达”（Otah, \$4.90）！

这里的乌打是蒸的，上桌时都以蒸笼端出，它柔软绵密，轻如羽，如同慕斯一样，不稍多时鲑鱼的芬芳便在嘴里散开，很有满足感。建议你直接把乌打涂在面包上，享受乌打未给过你的奢华口感。

### 网罗马来西亚各地著名风味

刘思远的合作伙伴Rich Tan爱吃也爱分享，他走遍马来西亚各州府的小摊子，寻找最有诚意的小品制作，再将它们都齐聚于一屋檐下。

菜单上的每一道菜，都是Rich用脚步走出来的。他每次都会到当地寻觅，有时将摊主网罗到旗下，加入公司的研发部，有时则透过其他方式将食谱学上手。

PappaRich重视研发，集团内设有研发部有几十名员工，花上许多时间，调整每一道菜的味道。它们也从马来西亚进口许多食材，包括面条、河粉、面包、酱油、生抽和鲑鱼等。

喜欢这里的“爸爸亚参叻沙”（\$10.90）。一端上来，热腾腾香喷喷，酸酸的、微微的辣度，令人胃口大开。以酸罗望子果、红辣椒、香茅、南姜花、黄

姜、小葱头等香料熬煮5小时的清汤非常香浓，夹带鲜鱼的滋味，采用的面条轻盈而有弹性，加上Ikan Kembung鱼肉（鲷鱼类）、切丝黄瓜、切丝黄梨、葱、生菜、薄荷叶、豆芽等，每一口充满不同程度的酸甜滋味。

“超级黄金组合”（\$16.90）是巴斯马蒂（basmati）黄金饭加上炸鸡腿、香卤牛肉和墨鱼的组合。黄金组合的灵魂是炸鸡腿，鸡腿皮脆肉滑，让人无法自拔。

据悉，它是马来西亚出名的炸鸡腿好手的杰作，现在他被网罗到研发小组，负责做好吃的炸鸡腿。牛肉卤得相当柔嫩，加上咖喱马铃薯、羊角豆、鸡蛋、参巴辣椒，饱足感超强。当初，Rich为了找最棒的Nasi Kandar，特地跑到马来西亚东岸，将所见所闻收集起来，经各方面调整，才推敲出这个“超级黄金组合”。



▲超级黄金组合。

### 街头美食经典

如果你爱吃马来西亚街头美食，最好约大班朋友一起来，因为菜单上还有很多经典！

“爸爸炒棵条”（\$9.90）用料足，棵条进口自怡保，非常爽滑。但它最大特色是以生抽头炒。生抽头就是生抽瓶盖开启以后上面的精华所在，给朴实的炒棵条风味增添一丝丝的华丽。

菜单上有许多面食食品，如“爸爸咖喱面”（\$9.90）、“爸爸虾面”、“怡保鸡丝河粉”等。

这里的饮料选择多不胜数，有“龙

眼奶蜜冰”“有机豆浆”“爸爸白咖啡+果冻”等。甜品有“马六甲椰糖+豆花王”“西米布丁”（\$4.90）“爸爸浆绿冰”（\$3.90）等。另有素食供应，素椰浆饭、素咖喱羊肉（\$5.90）。

据了解，本地菜单和马来西亚菜单的相似度达70%，但你在本地品尝的这些马来西亚经典风味，油盐糖都更少，是根据

新加坡人偏淡的口味而调整的。此外，有些菜色只可在本地吃到，这包括鱼片米粉和“爸爸滑蛋河”。



◀炒棵条。

### PappaRich

- »Suntec City, #02-386
- »Westgate, #03-06
- »Parkway Parade, #01-17A
- »The Star Vista, #01-43

**SHARE INVESTOR Academy**  
**ICAN TRADE**  
 Many people trade in stocks but how many can enter a trade with confidence and achieve profits consistently? In an increasingly uncertain and volatile investment environment, picking the right stock, entering at the right level and having the discipline to walk away from an unprofitable trade are the critical aspects of trading, which make a significant difference between achieving consistent profits or failure.

Join us on 8th March 2014 to learn the ATAS trading approach from the experts. Knowing this trading methodology will help you invest with confidence and achieve consistent trading profits.

Speaker: Ho Sang Fook, Vice President, Global Wealth CMG Securities (Singapore) Pte Ltd

- Learning Points:**
- Learn technical indicators like price/volume and MACD
  - How to identify catalysts that cause the stock prices to move
  - Methods to pick the right stocks before they surge
  - How to time your entry and exit points to maximise profits
  - Application of learning points using case studies of actual counters

**Seminar Details:**

Date: 8th March 2014  
 Time: 9.00am - 12.30pm (Registration starts at 8.30am)  
 Venue: SPH News Center (T8.2/78.3) 1000 Teo Joo Payoh North Singapore 318994  
 Module: SA401  
 Fees: \$38 (ShareInvestor Members - 1 Ticket) \$58 (Non-members - 1 Ticket) \$98 (Non-members - 2 Tickets)

**SIGN UP NOW!**  
<http://nvlcc.shareinvestor.com/trade080314>

Brought to you by: **SHARE INVESTOR** A MEMBERSHIP OF **ICM**

## 又见榴梿飘香

良木园酒店（Goodwood Park Hotel）每年都会举行“榴梿甜点节”，为榴梿爱好者带来多种美味精致的榴梿甜点。

而今年，良木园的糕点烘焙师特别推出多种新口味，并以上等的D24榴梿肉为主，让每一道甜点的榴梿香味更加迷人。

即日起至7月13日，顾客可搭配酒店的DelI外卖柜台选购这些香美的榴梿甜点，其中的新口味包括：“榴梿椰糖蛋糕卷”（Durian Gula Melaka Roll, 每片\$10, 1公斤蛋糕卷\$62）、

榴梿马来蛋糕（Durian Malay Cake, 每片\$8; 整个蛋糕\$42）、迷你榴梿Charlotte（Mini Durian Charlotte, 4片\$20）以及迷你榴梿甜甜圈（Mini Durian Donut, 2片\$9; 6片\$25）。

此外，从5月31日开始至7月13日，顾客们还可以品尝酒店的招牌甜点——以猫山王制作的猫山王榴梿泡芙（1粒\$17.80）和猫山王榴梿冰淇淋（16oz装\$21.80）。

预订电话：6730 1786  
**联合晚报**



▲榴梿马来糕。