

自家

生活集

Lifestyle

鴻福堂
鴻福堂集團
HUNG FOOK TONG HOLDINGS

Issue 1
Spring 2007



創刊號



- 涼茶一哥 * 您想涼茶
- 自家生活 * 好生活·真意義
- 春日推介 * 春日養生十式
- 自家廚房 * 食神·韜哥靚湯推介

Contents

自家

生活集
Lifestyle

Issue 1

Spring 2007



p04-05

涼茶一哥

*您想涼茶

p07

健康飲品

*新角度·新味道

p08-09

自家生活

*好生活·真意義

p10-13

春日推介

*春日養生十式

p15

自家密語

*鴻人心底話

p16

自家廚房

*祛濕滋補靚湯

p17

自家快拍

*「拍」住鴻福堂有著數

p18

外賣速遞情報

*雙重優惠·火鴻速遞

涼茶一哥。

您想涼茶

每次喉嚨痛、出暗瘡，您會即時想起一杯廿四味，可想而知涼茶在我們心目中的地位舉足輕重。

【閒話涼茶】

從前的涼茶舖，常見的有廿四味、夏枯草、雞骨草、銀菊露、五花茶等，大多採用祖傳秘方，以各式各樣的草藥配成不同功效的涼茶，消熱解暑、祛濕消滯，更被不少人視之為清涼健康飲品。時至今日，涼茶文化已經改頭換面，無論是產品種類、包裝設計，或是店內裝修陳設都突破傳統框框，感覺更大眾化、年輕化，卻不失一份暖暖溫情。

【健康速遞】

鴻福堂集團是當中的佼佼者。20多年來，堅持採用天然優質草本植物，製造百分百無添加涼茶，並成功把涼茶文化普及化，關心您健康需要。與此同時，集團版圖不斷擴大，士多辦館隨處可見鴻福堂的產品，門市亦已增至40多間，並已進駐各鐵路沿線，方便又無時間限制，現在不少上班一族、學生也加入了無添加健康飲品行列，隨時隨地為健康增值。

【涼茶入樽】

更值得一提鴻福堂集團是第一家成功將涼茶入樽，推出時叫好又叫座，讓您隨時隨地都可以飲到您想的涼茶，定時定候為您身體打打氣、加加油。時至今日，膠樽裝涼茶口味愈趨多元化，包括全蔘系列、原草本系列、清怡系列及果蜜系列等，為消費者提供更多健康選擇。



▲一碗涼茶，看似簡單，但背後的心思認真不少。



◀ 店內裝潢悅目, 環境舒適, 店員待客親切, 有別於傳統涼茶舖。



▼ 膠樽裝涼茶每日足料鮮製, 可以邊行邊飲, 又可以買返屋企慢慢歎, 十分方便。



▲ 涼茶以草本植物配製而成, 百分百天然, 是調理身體的理想飲品。

逢星期一至星期五
 午9時15分至10時15分, 本港台《曾Sir28騷》節目內有一環節名為「鴻福堂健康快線」, 帶給大家保健養生資訊。若想重溫內容, 即去 www.hungfooktong.com

隨時隨地「鬆一鬆, 抖一抖, 飲杯涼茶加加油」!



健康飲品。

自家生活集 Lifestyle

新角度 · 新味道

鴻福堂誠意推出多款全新健康飲品，匯聚了多款草本材料，並以全新角度去演繹新產品的特性和效能，讓顧客於任何的時令或需要時，都能最方便享用我們精心熬製的優質健康飲品，定時定候為身體打打氣、加加油！

【從「蔘」體驗新味道】

鴻福堂全蔘系列採用優質花旗蔘為產品主要的材料，花旗蔘味道甘香清醇，並含多種天然氨基酸，能養陰清熱、益氣生津、解渴提神。鴻福堂於2006年底更推出蔘桂圓及蔘烏龍等新產品，經過嚴格挑選素材及研製配方，新產品更能有效將花旗蔘的功能發揮及提升。

桂圓肉能健脾、補血，故蔘桂圓能補氣寧心、益智提神；而蔘烏龍含有多酚類及抗氧化劑，有效提升新陳代謝，再配合養陰清熱的花旗蔘，便能達到益氣生津、解渴提神之效。

【由「清怡」出發】

鴻福堂清怡系列的形象有別於傳統涼茶，注入「清怡」元素，以清新的包裝及低甜的口味，為繁忙都市人帶來另一種健康飲品選擇。

新推出的檸檬薏米，繼續貫徹鴻福堂以健康為大前提，選取真材實料。產品含豐富薏米，能健脾、補肺、清熱；而檸檬含豐富維他命C及鈣質，有效增加免疫力同時延緩老化，是營養價值很高的健康飲品。



試飲直擊報導：



檸檬薏米

▲教師陳小姐：味道好清新、有口感，又唔太甜，好啱我！



蔘桂圓

▲文員何小姐：有蔘味又有桂圓味，唔太甜，我鍾意！



蔘烏龍

▲零售業張先生：初時以為烏龍茶會蓋過蔘味，但試後發覺原來花旗蔘加烏龍茶好夾，而且仲好甘香添！



自家生活。

好生活 · 真意義



好生活的定義人人不同，有人喜歡過平淡的生活，相信平凡是福的道理；有人則努力追求優質生活，享受箇中的樂趣。無可否認，有健康的體魄，有一個溫暖的家，快樂便會隨之而來，當中最關鍵的或許是伴在您身邊的家人朋友，與您分享生活上的點滴。



【追求好生活】

我們努力工作，拼命搵錢，目的只有一個，就是為了提升生活質素，讓一家人活得幸福快樂、無憂無慮。但忙碌工作過後，身心都會感到疲倦，必須作出適當的調節，才可繼續撐下去，否則，得不償失，賺到金錢，輸了健康。所以人愈大，知道分配時間好緊要，工作、運動、休息、娛樂缺一不可，老套講句，工作時工作，遊戲時遊戲，騰出時間來做自己喜歡的事，為自己減減壓，紓緩一下，再配合均衡飲食習慣，為好生活打好健康基礎。

【湯水維繫家人感情】

香港人出名忙，經常要開OT，少吃了住家飯，少喝了媽媽的愛心靚湯，感覺難免有點失落，不過，只要每晚回家，看見家人的笑臉，甚麼辛苦也會拋諸腦後。的而且確，湯水對於上班一族來說，是很好的精神食糧，足以填補心靈上的一點空虛。假如您沒有時間煲湯水，又想起家裏的靚湯，可到就近的鴻福堂涼茶館、鐵路沿線的鴻福堂健康快線或指定百佳超級廣場內的鴻福堂快線買幾包自家湯，即開即飲，呷一口有如回到家中的感覺，身心倍添健康溫暖。




◀「自家湯」系列是由鴻福堂靚湯總監梁文韜親自監製，無添加味精，每日新鮮熬製，滋補養顏，適合一家大細飲用。



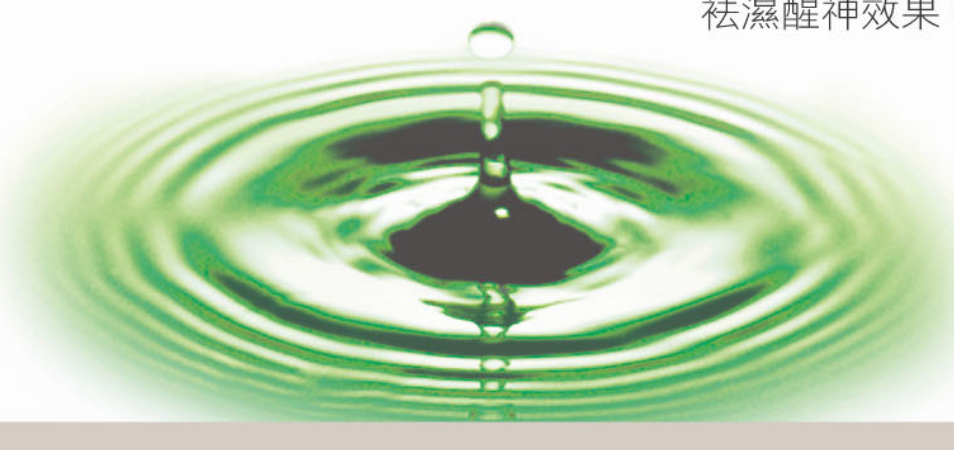
春日推介。

春日養生十式



一年四季的天氣有別，養生之道亦各有不同，應按照「春生、夏長、秋收、冬藏」的傳統規律而行。生即生機，意指春天是促進人體生長的最理想季節，要調理好身體，讓身體在春天有個好開始，令全年身體健康、精神飽滿。

春天花開草綠，生機處處，但經常煙雨迷濛，有時又會被大霧籠罩，四處白茫茫一片，周圍濕漉漉，使人即使有充足的睡眠，仍覺得十分疲倦，沒有胃口，總是提不起精神工作。何解？中醫認為這是人體仍未能從冬季的休養生息狀態中走出來，加上春天濕度高，人體從汗腺蒸發的水份和熱量也會減少，容易出現懶洋洋的春困現象（俗稱濕困）。故春天期間，我們應適當地服食具化濕提神作用的中藥，達到祛濕醒神效果。



春日健康茶

春天濕度高，乍暖還寒，只要稍為鬆懈，便很容易生病。故春天期間，可多飲祛濕醒神、健脾開胃的健康茶，調理身體，增添天然健康能量。



【第一式】山楂草莓汁

成份：山楂肉、草莓汁、柿餅、蜜棗

功效：清涼止渴、開胃消食

【第二式】祛濕茶

成份：金錢草、綿茵陳、白茅根、木綿花、土茯苓、甘草等

功效：清熱、化濕、利水

【第三式】蕎麥糙米茶

成份：蕎麥、糙米、黃粟、合桃、綠茶、冰糖

功效：健脾、理氣、消脂

【第四式】蘋果肉桂茶

成份：蘋果、雪梨、肉桂、桂圓、無花果、冰糖

功效：益氣醒脾、煥發精神

春日推介。



【第五式】蟲草靈芝膏

成份：冬蟲草、靈芝、刺五加、北芪、何首烏、玉米須、半枝蓮等

功效：補五臟、排毒素、抗衰老

【第六式】

靈芝龜苓膏

成份：野生赤靈芝、金錢龜板、土茯苓、麥冬、雞骨草等

功效：養陰固本、清熱解毒

藥製龜苓膏

成份：金錢龜板、土茯苓、生地、連翹、白癩皮、荊芥等

功效：養陰清熱、解毒除濕



身邊的同事朋友，常常嚷着要排毒，原來調補膏品除了是調理身體的好幫手外，更是排毒高手，具有解毒、化濕等顯著功效。體質較虛者可用第五式，身體壯實用第六式，當體內毒素減少，自然人都健康啲啦！

體虛人士容易疲倦，難以集中精神，記憶力衰退，睡眠欠佳，抵抗力降低等。而蟲草靈芝膏中的蟲草和靈芝作用不言而喻，再加上眾多補氣行血、抗衰老、健脾祛濕、排毒素的草藥配合，對中年以上的人士有極佳的調補作用。

調補膏品

清補湯水

香港人愛喝湯水，百忙中也會抽空預備材料，為家人炮製愛心靚湯。至於湯水的材料和配搭千變萬化，春天湯水當然以健脾養胃、益氣化濕為首選，與家人一起身心進補。



【第七式】合掌瓜響螺象拔蚌湯

材料：合掌瓜、螺片、象拔蚌、杞子、玉竹、蘿蔔、粟米、瘦肉、西施骨、蜜棗、鹽

功效：清涼滋潤、補益肺胃

【第八式】猴頭菇花膠杞子湯

材料：猴頭菇、茶樹菇、花膠、鮮淮山、杞子、玉竹、紅蘿蔔、瘦肉、雞腳、蜜棗、鹽

功效：益氣、健脾、養胃

【第九式】淮杞烏雞燉鮮鮑

材料：智利鮑魚、螺片、元貝仔、竹絲雞、鮮淮山、杞子、桂圓、瘦肉、雞腳、金華火腿、鹽

功效：滋養肝腎、益氣養顏

【第十式】粉葛赤小豆鯪魚湯

材料：粉葛、鯪魚、扁豆、赤小豆、瘦肉、豬骨、果皮、蜜棗、生薑、鹽

功效：清熱、化濕、去骨火

鴻人心底話

鴻福堂分店愈開愈多，「鴻人」數目也不斷增加。今期找來6位鴻人，分享他們的心底話。



▲雖然日日都要重覆做清潔打掃嘅工作，但睇見客人買得放心、食得舒服，辛苦啲都好值得。



▲銅鑼灣區早午晚人流特別多，不過我哋愈忙愈開心。



▲我每朝都會預備好不同口味嘅自家湯，仲會時不時補貨，希望所有客人都買到心頭好。



▲香港人好忙，飲完杯涼茶或者食完碗龜苓膏就會即刻走，唔使15分鐘，真係好趕嘍！



▲我認為誠懇嘅服務好緊要，帶住笑容為客人送上食物，我開心時，佢哋又開心，何樂而不為呢？

▶午飯時間好多上班族嚟買自家湯飲，暖笠笠，無添加味精，健康又好味！我自己最鍾意飲花膠響螺煲竹絲雞湯，養顏嘍！



自家廚房。

祛濕滋補靚湯

捱夜捱得多，自然骨火上升，容易憊憎，飲番兩碗粉葛赤小豆豬脰湯，有助祛濕解熱降骨火，特別適合捱夜後飲用。



鴻福堂靚湯總監
食神韜哥教您煲靚湯！



【粉葛赤小豆豬脰湯】

材料：

粉葛	800克
赤小豆	150克
豬脰	600克
扁豆	80克
果皮	一角
蜜棗	5粒

做法：

- 1 粉葛去皮洗淨，切件。赤小豆、扁豆、果皮和蜜棗洗淨備用。
- 2 豬脰洗淨，切件，汆水。
- 3 水滾後，把全部材料一併放入大瓦煲內，用中火煲約3小時，並加少許鹽作調味即可。



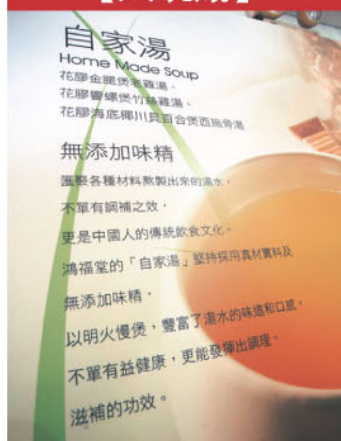
益處逐個數：

- 粉 葛：又名野葛，味甘微辛而性涼，有生津止渴、解肌退熱的作用
- 赤小豆：除濕利水、解毒消腫
- 豬 脰：營養豐富，滋陰補肌
- 扁 豆：健脾祛濕
- 果 皮：健脾理氣、祛濕化痰
- 蜜 棗：滋潤肺燥

「拍」住鴻福堂有著數

如果你鍾意拎住部相機或手機四圍拍，又係鴻福堂涼茶館或鴻福堂健康快線嘅常客，就記得於下次幫襯嘅時候，一邊歎涼茶膏品，一邊捕捉你認為有趣、開心又真摯的一刻，成為「自家快拍」拍友一份子。

【大碗湯】



【飲不完】



【笑面迎人】



【健康之源】



【大支甘露】



【飲「茶」作樂】



投相方法

將相片*及15-30字的簡單介紹連同姓名及聯絡電話電郵至 hftphoto@hungfooktong.com.hk，註明「自家快拍」。相片一經刊登，即可獲得鴻福堂鮮製飲品、自家湯及藥製龜苓膏換領券各一張。

* 相片檔案為500Kb - 5Mb



外賣速遞情報

雙重優惠 火鴻速遞

唔想出街，又想歎到健康調補膏品、鮮製涼茶、各款自家湯，只要打「自家外賣速遞熱線3651 2222」，美食隨即送到府上。



優惠1

惠顧自家外賣速遞即賞2支330ml清怡系列樽裝飲品



(凝神蔘蜜、醇夏枯草、纖姿蜜茶、清怡果茶、瑰麗棗茶、美目杞菊)

優惠2

惠顧自家外賣速遞每滿\$100(以現金計算)，即賞你鴻福堂\$10購物券1張*



*購物券可於下次訂購時使用

*以單次購物計算，若惠顧超過\$500，最多賞5張

6款自家配搭精選套餐

A款 自家小食1款

- 杞子醬汁燒賣6粒
- 靈芝茶葉蛋1隻
- 脆皮芝士雞尾腸5條
- 潮式蒸粉果2隻
- 中式包點1個

或

B款 自家小食1款

- 自家雞脾1隻
- 自家雞翼4隻
- 自家雞槌2隻

① 任選豆漿系列1支配

A款 原價\$15 速遞價\$12
B款 原價\$24 速遞價\$18



② 任選甘露系列* 1支配

A款 原價\$23 速遞價\$16
B款 原價\$25 速遞價\$18

*優惠不包括蘆薈楊枝甘露



③ 任選自家糖水* 1包配

A款 原價\$20 速遞價\$14
B款 原價\$24 速遞價\$18



④ 任選鮮製涼茶* 1支配

A款 原價\$23 速遞價\$16
B款 原價\$29 速遞價\$22

*優惠不包括感冒茶



⑤ 任選調補膏品* 1盅配

A款 原價\$41 速遞價\$28
B款 原價\$47 速遞價\$33

*優惠不包括靈芝龜苓膏



⑥ 任選自家湯* 1盅配

A款 原價\$41 速遞價\$28
B款 原價\$47 速遞價\$36

*優惠不包括鮑參翅肚燉竹筍湯



自家精選套券#

(不適用於外賣自取)

- 自家湯套票一套 (\$268 / 10張)
- 藥製龜苓膏套票一套 (\$238 / 10張)
- 鮮製飲品套票一套 (\$150 / 10張)
- 藥製龜苓膏套票一套 (\$128 / 5張)

只接受現金付款

條款及細則：

- 有效期至2007年5月31日
- 自家外賣速遞服務時間：上午11時至晚上9時
- 限於指定服務範圍，詳情請致電熱線3651 2222或向分店職員查詢
- 自家外賣速遞之最低消費為\$60，只接受現金付款；其後超過\$60之消費，鴻福堂\$10感謝購物券亦可使用，每次最多可使用5張
- 若顧客選擇外賣自取「自家配搭精選套餐」內之套餐，最低消費為\$60，亦可同時享有雙重優惠

外賣速遞精選套券
即可獲得
多送一盅
優惠