

您的時尚美容及生活資訊讀物

VITA



Glitzy Glam

這個節慶假期
必備的爆閃
禮物清單

本期精選看點

STYLE 本期Influencer主角細數她的節日最愛

FASHION 溫哥華最新最潮購物熱點

BEAUTY 減少環境污染對肌膚造成傷害的方法

FOOD 本季精選新餐廳速報

掃二維碼
關注微信公眾號



關注我們贏取豐富獎品 @vitadaily.ca

更多精彩內容請瀏覽 VITADAILY.CA/CHINESE

展开梦幻购物之旅

每周七天营业, 时间由
10:00 - 20:00, 节日期间
营业时间或有变动,
请查询网站。



Longines (Hour Passion)

搜寻好礼 分送欢乐

步入充满圣诞氛围的温哥华名品奥特莱斯, 精心挑选低至三折的名牌好礼, 体验一个神奇的快乐假期。

Michael Kors



Maje



Jimmy Choo



为热爱时尚的亲友献礼

无论是送给她的精致包包, 还是为他准备的高级羊绒衫, 购物清单上的各种设计师名品都可在这里找到。

共创美好回忆

从华美的灯饰到开阔的户外购物空间, 以及闪烁的节庆布置和冬季美食等, 我们的购物中心就等您来发掘。



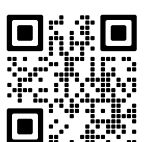
Fossil



Tommy Hilfiger



UGG



mcarthurglenvancouver.com

**McArthur
Glen**
Designer Outlet
TM
Vancouver Airport



作為時尚編輯，聖誕號可說是所有月份中工作量最大，但同時也是最開心的一期——看著一堆聖誕禮品和派對服飾真的會讓人心情不自覺地愉悅起來。希望大家在閱讀本期內容時，也會有和我們一樣的感覺！還在準備購買禮物和打點派對造型的讀者，本期的禮物清單為大家提供了最閃、最華麗的選擇；煩惱應該去哪裡採購禮物的人可以參考Hot Shops溫哥華購物熱點；不知該和親友去哪裡聚餐的朋友，我們也為您準備了新餐廳速報，還有素食派對食譜分享。另外，本期的美容專欄我們公開了保持肌膚健康的秘訣，希望大家都能以亮麗肌膚迎接新的一年。最後，祝大家佳節快樂，我們明年見！

Noa Nichol EDITOR-IN-CHIEF

Louisa Chan CHINESE EDITOR

本期的influencer主角是 Irene Yu，她的最新一批IG造型照為這個夢幻的季節寫下了最時尚的註解。

Irene Yu @HINTOFGREY



Irene你好！可以先和我們介紹一下你自己嗎？我是一名來自溫哥華的時尚/育兒內容創作者（content creator），目前正休假在家照顧我的2歲孩子Livvy——她每天都為我的生活帶來無限歡樂。創作社交平台內容是我用來抒發創意的一種方式，而且可以讓我暫時放下母親身分。歡迎大家來到我的社交平台和我們打招呼！



我深信衣服應該在好看的同时也要讓人感到舒適。

你如何透過社交平台來影響那些關注你的人？

成為一名母親是我所經歷過最困難的一項「工作」，我希望其他媽媽來到我的平台時可以稍稍放鬆一下，並找到下一次和孩子們出門時的造型靈感。

你的個人造型習慣是什麼？

如果一件衣服穿起來不舒服的話，我絕不會穿上它。我深信衣服應該在好看的同时也要讓人感到舒適。對我而言，一身舒服的造型會讓我更有自信。無論是正式裝扮、休閒造型甚或只是在家休息，我一般都會選擇舒適易穿又時尚的搭配，這樣的我才是最真實美好的我。

你的2021節日閃亮推薦品是什麼？

我推薦Golden Goose的Glitter Superstar Sneakers (\$350, SSENSE有售；這是一個來自滿地可的加拿大品牌)。我超喜歡Golden Goose的球鞋，而這款亮片版非常適合派對季節！

你最喜歡節日的哪個部分？

與家人和孩子共度額外時光是我在節日期間最喜歡做的事情。如同去年一樣，今年冬季我們會留在溫哥華，享受這座城市的節日氣氛，我很期待帶著Livvy到各個社區去看聖誕燈飾。我的家人通常會在平安夜吃火雞大餐，然後剩下的火雞肉會煮成粥、三文治或湯。我已經等不及了！

INSIDE THE Winter Issue

No. 05 ————— 2021

EDITOR NOA NICHOL
CREATIVE DIRECTOR MADISON HOPE
SOCIAL MEDIA MANAGER VICKI DUONG
SPECIAL EVENTS LYNDI BARRETT
PROOFREADER KATIE NANTON

CONTRIBUTORS
LOUISA CHAN, AILEEN LALOR,
SHERI RADFORD
COVER LOUIS VUITTON
FALL-WINTER 2021

VITA
PUBLISHED BY
VITA DAILY MEDIA INC.
CANADA POST PUBLICATIONS
MAIL AGREEMENT #42849020

@VITADAILY.CA f VITADAILYCHINESE VITA DAILY NOA@VITAMINDAILY.COM | CHINESE@VITAMINDAILY.COM VITADAILY.CA/CHINESE



40% OFF BLACK FRIDAY | AGHAIR.COM | 40% OFF CYBER MONDAY | AGHAIR.COM

WRAPPED IN CARE

Save 40% sitewide on hair and body care for you and your loved ones.



GET A FREE DELUXE HAIR MASK TRIO WITH ALL ORDERS OVER \$75*

*November 22 - November 29. While quantities last.

Glitzy Glam

從奢華珠寶到閃亮高跟鞋，大家準備好為今年的節慶購物拉開序幕了嗎？

1. MACH & MACH PUMP, \$1,410
水晶雙蝴蝶結和腳踝扣帶搭配細高跟，讓你享受剎那有如女星走紅地毯般的高光時刻。[Nordstrom.ca](#)

2. DIOR TOP COAT, \$36
為你的派對造型作最後修飾——珍藏版Diorific Vernis閃爍甲油面油為纖纖十指添上一抹華麗的節日氣息。[Dior.com](#)

3. LISE WATIER LIP GLOSS, \$27
集合了金色和閃粉兩個最重要的節慶元素，純素配方、高閃度的Lise Watier Irresistible金粉唇彩讓你的雙唇時刻散發閃耀光芒。[Lisewatier.com](#)

4. YSL EYESHADOW PALETTE, \$175
以金色為主題的限量版流金彩妝盤，十種帶有金粉光澤的眼影色調，助你創造閃閃發光的派對妝容。[Yslbeauty.ca](#)

5. OPEN EDIT BLAZER & PANTS, \$234
西裝套裝是本季衣櫃裡一定要有的單品，而這套全亮片西裝更是節慶派對必備！[Nordstrom.ca](#)

6. ALDO HEAD BAND, \$40
戴上綴滿水鑽的髮箍，就如同皇后戴上了她的后冠。[Aldoshoes.com](#)

7. MICHAEL HILL RING, \$1,999
以0.75卡鑽石圍繞的摩根石Ballerina戒指，浪漫的粉紅光芒從指縫間流淌而出。[Michaelhill.ca](#)

8. GUERLAIN LIPSTICK, \$350
限量珍藏版金蜜耀蜂寶石唇膏，唇膏套由法國刺繡工作室手工縫製，甚具收藏價值。[Guerlain.com](#)

9. CHOPARD WATCH
蕭邦雪山傲翼系列冰雪女神18K白金腕表，將雪山上雪花飄零的冬日景緻完美重現。[Chopard.com](#)

10. BALMAIN GOWN, \$6,650
腰際及後背作星形鏤空網紗設計，綴以閃爍的水晶鑲邊，再配上BALMAIN的經典墊肩，這件禮服絕對是正式酒會的首選。[Holtrenfrew.com](#)

11. CHANEL NECKLACE & EARRINGS
以俄式刺繡為靈感的Sarafane系列頸鍊及耳環，用鑽石和珍珠拼湊出經典的山茶花造型，盡顯奢華貴氣。[Chanel.com](#)

12. JIMMY CHOO SHOES
穿上Jimmy Choo高跟鞋，從華麗的雙足開始營造節日氣氛。McArthurGlen Designer Outlet有售，低至3折售完為止。[Mcarthurglenvancouver.com](#)

13. CHRISTIAN LOUBOUTIN LIP GLOSS, \$115
蘊含星塵般的珠光粉末，Loubilaque唇彩既可塗抹在雙唇，也可懸掛在聖誕樹上作裝飾之用。[Holtrenfrew.com](#)

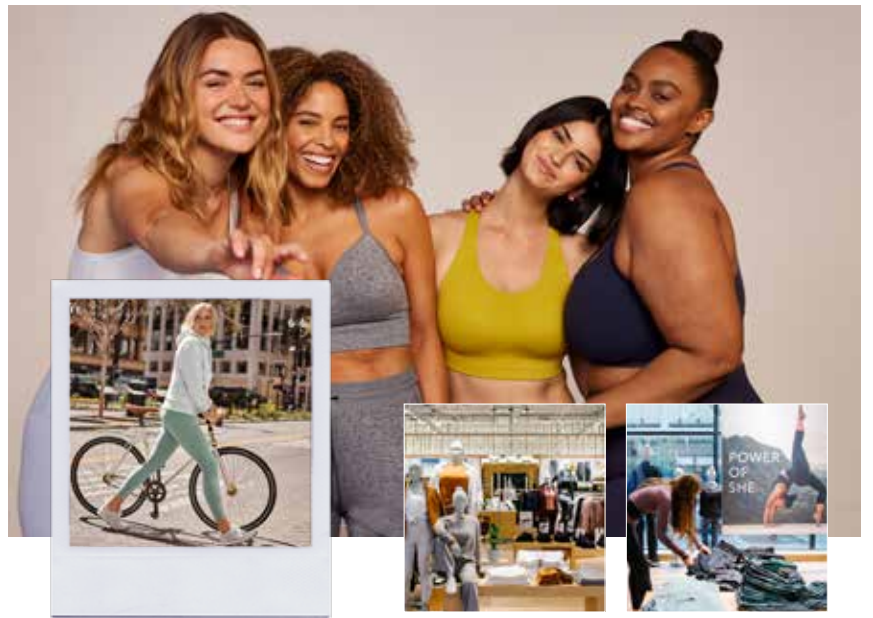
14. LOUIS VUITTON BELTBAG COUSSIN, \$3,350
Night限量系列中的一員，爆閃版的Beltbag Coussin以銀色亮片緹花布搭配粗獷的金色環扣鍊帶，既可手提也可肩揹。[Louisvuitton.com](#)

Hot Shops

溫哥華新店速報 Vancouver's latest and greatest retailers

Athleta

加拿大最近迎來了一個全新的休閒服裝品牌Athleta。除了提供各類時尚與功能性並重且兼具環保意識的休閒服飾外，品牌更以創造一個熱愛運動、充滿自信的女性社群為己任，為各年齡層的女士帶來正能量。這個隸屬於Gap Inc.旗下的新品牌日前在西溫Park Royal開設了其大溫地區首間分店，偌大空間內有多達500種尺碼齊全的服飾配件，包括運動服、牛仔褲、連身裙、運動內衣，甚至泳衣等。所有服裝皆由喜愛運動的女性設計——她們能在運動中發現並改善問題，再由全球頂尖的女性運動員親自測試，並通過顧客的嚴格考驗後才生產上架。為了提升服裝功能性，品牌更自行研發布料。適合不同年紀而又緊貼潮流，Athleta的服裝既可在運動或逛街時穿著，亦有適合上班上學的時尚服飾。除了作為門市，此店更是一個專為女性身心健康而設的空間——品牌相信運動能拓寬我們的生活，而身心皆強壯才是真正的強大。因此Athleta希望透過不同方式來推動一個更有凝聚力的女性社群，例如門店會不定期舉辦免費尊巴舞（Zumba）和正念日記（mindful journaling）等課程。在服務消費者的同時，品牌亦沒有忘記那些為我們縫製服裝的女工們——得益於Athleta的P.A.C.E.計劃，女工們得到高等教育及職業培訓機會，又透過公平貿易計劃來獲取額外收入和躋身管理層。Athleta同時獲得B Corp認證，目前有高達70%的產品使用可持續發展的環保物料製造。熱愛運動和環保的你，還在等什麼？ 779 Main St., West Vancouver, 778-851-0217. Athleta.ca NOA NICHOL



Details by Mr. K

畢業後，Andrew Karrasch收拾行囊離開溫哥華，前往加拿大最接近歐洲的城市：滿地可。在那裡，他全身心投入到新的生活——他到處參觀博物館、嘗試新的美食、結識來自世界各地的人，這座城市讓他開始懂得欣賞來自世界各地的文化。很快，Karrasch便在滿地可的Esprit找到了一份產品管理的工作，後來這份工作又將他帶到了其他國家。他從此愛上了在外國的生活，他一邊在時尚界工作、一邊四處遊歷。完結在Esprit和Benetton的工作後，他在Calvin Klein亞太區工作了15年，成為品牌的設計和營運副總裁。每次出差，Karrasch總會空出半天甚至更多時間，拜訪當地的時尚家居店，而那些自旅程中搜羅回來的紀念品，如今就擺放在他耶魯鎮的公寓裡。「我們有很多小木雕，正是這些在生活中挖掘到的小玩意，令房子有了家的味道。」他說。他在50歲便提早退休，之後以顧問身分在香港工作數年後，Karrasch決定回到溫哥華，計劃他的下一步。憑著多年來培養的興趣和獨到眼光，他發現溫哥華市場上似乎缺乏家居用品店——大型家品店雖提供大量選擇，但產品看起來沉悶，缺乏色彩、多樣性和個性。因此Karrasch決定開設Details by Mr. K，為家居布置帶來一些有趣元素。這家色彩繽紛的家品店於2020年11月在South Granville開業。每一件商品都由Karrasch精心挑選，每件商品的造型和其背後的故事都深深吸引著他，「我堅持每件產品必須在美觀與實用性之間取得平衡。」他笑言：「至少，放在你廚房中島上的漂亮柚木盤要真的能裝水果！」Karrasch鼓勵大家預留足夠時間來探索他的店，從非洲木凳到墨西哥樹脂碗，再到瑞典和印度的絲絨靠墊，「這裡有很多寶藏和賞心悅目的擺設，這些風格不一的產品來自全球各地，充分融合了當代設計和傳統技藝。」如果要為Karrasch的人生（和他的家品店）下一個註解，那「勇於嘗試」最貼切不過——「我之所以擁有今天的一切，是因為我總喜歡走出舒適圈。」 2717 Granville St., 604-806-0510. Detailsbymrk.com SHERI RADFORD



Mine & Yours

溫哥華最老字號的高級二手名牌店之一，Davie街上的Mine & Yours將兩個店面合併後重新開幕，為顧客提供更舒適的購物空間。來到新店，大家首先會被一整面名牌包包牆吸引目光（還配備移動式爬梯！），還有設計師品牌服飾及鞋履專區。搭配玫瑰大理石櫃檯和粉紅霓虹燈更衣室，充滿細節的布置讓這個位於耶魯鎮的購物熱點品味盡現。更豪華、更寬敞、更多香奈兒——這樣的Mine & Yours教人如何不愛它？ 418 Davie St., 236-521-9036. Mineandyours.com NOA NICHOL



Jo Malone

溫哥華的空氣中正瀰漫著一股濃濃的英倫味——Jo Malone在今年初春和夏末分別於CF Pacific Centre和CF Richmond Centre設置兩間獨立門店，為溫哥華人帶來更完整的英式香水體驗。八月底開幕的列治文店佔地630平方呎，從經典的香水到香氛蠟燭和沐浴用品，店內齊備品牌全系列商品。以黑色和乳白色為主調、配搭木地板和帶有濃厚英倫風格的裝飾品——例如英式古董車模型、airedale terrier萬能梗狗狗雕塑、繫上絲帶的禮物盒等，加上空氣中的淡雅英國梨和小蒼蘭香味，讓人彷彿置身於倫敦的高級公寓中。店中央的L形雲石檯面上放滿十多款品牌最受歡迎的香水，一旁配有兩張黃綠色椅子的「聞香區」，則供香水造型師和客人進行一對一免費聞香服務，方便大家尋找最適合自己的香水。你還可向造型師學習到如何疊加兩款不同的香水，來創造出專屬於自己的獨特香氣呢。新門店還提供許多獨家精品及服務，例如以往只在網上發售的Archive Collection如今在門店內也能找到，大家終於可以先聞再買了！還有本地藝術家手繪的溫哥華景觀禮物盒、聖誕樹吊飾般的彩色鏡面香水蓋，以及現場刻字服務等，讓你的聖誕禮物更精緻、更有個性、更獨一無二！ 1806-6551 No. 3 Rd., Richmond, 604-279-3449. Jomalone.ca LOUISA CHAN

FINE FINDS

• BOUTIQUE •

CLOTHING GIFTS SHOES ACCESSORIES

SHOP ONLINE! FREE CANADA-WIDE SHIPPING OVER \$100

finefindsboutique.com

1014 Mainland St, Vancouver | 604-669-8325

如何降低污染對皮膚和健康的影響

擔心空氣中的污染因子會對你的肌膚和整體健康造成危害嗎？讓我們告訴你有效的防禦方法。

BY AILEEN LALOR

今年夏天，空氣品質成了加拿大人的頭等煩惱——除了新冠病毒，還有那席捲整個西岸的大規模山火。霧霾會對我們的健康構成損害，例如造成呼吸不順暢、眼睛刺痛、頭痛等肉眼可見的症狀，但實際上對人體的其他影響有多大？

山火、汽車廢氣和工廠排廢所產生的煙霧中含有固態和液態顆粒混合物，其中一些極微細的懸浮粒子，可直接進入人體肺部及皮膚毛孔。「即使是對於健康的人，這也會引發呼吸系統和過敏問題並降低肺功能，其中對兒童的影響尤大。」專門研發中央吸塵系統和空氣淨化機的Cyclo Vac產品專家Martin Mercier說：「對於患有肺部疾病的人來說情況更糟，空氣污染甚至會導致哮喘發作，甚至引起慢性阻塞性肺疾病（COPD）惡化。」

實際上，不僅是山火活躍期才會引起致空氣品質下降。溫哥華皮膚科醫生Katie Belezny解釋：「世界衛生組織估計，全球90%以上的人口每天都暴露於污染指數超標的空氣中。近年皮膚醫學界傾向相信，包括痤瘡、異位性皮膚炎和牛皮癬等皮膚問題，都與空氣污染有關。此外，相關研究更表明空氣污染可能會導致包括皺紋和色素斑等皮膚老化現象。」

那我們在日常生活中如何能察覺空氣污染對我們構成影響？「相較於居住在遠離城市、皮膚看起來更明亮的人，經常暴露於空氣污染中的人，膚色會相對暗啞。」多倫多皮膚科醫生Renee Beach說：「根據不同膚質，有的人可能會出現更多細紋，或臉色顯得更蒼白。」

Mercier說，即使回到室內，也無可避免會接觸到污染源——煮飯、裝修、燃燒木火爐，甚至是香蠟燭等，都會在空氣中產生微粒。使用沒有高效微粒空氣過濾網（HEPA）的吸塵機進行大掃除，很容易揚起沉積在物件表面或地板上的微塵粒子。另外還有液態污染物，例如空氣清新劑之類的溶液，會被軟家具吸收並隨時間慢慢釋放回空氣中。



近年皮膚醫學界傾向相信，包括痤瘡、異位性皮膚炎和牛皮癬等皮膚問題，都與空氣污染有關。此外，相關研究更表明空氣污染可能會導致包括皺紋和色素斑等皮膚老化現象。



在皮膚保養方面，Belezny醫生建議使用高品質的洗面乳、防曬霜和抗氧化產品來防止環境污染造成的損害。Beach醫生補充：「市售含有抗氧化成分的精華液，如維他命C（左旋C）、維他命E（生育酚）、阿魏酸和根皮素等，非常適合預防和修復自由基造成的傷害。建議每天或隔天使用一次，以達到最佳效果。」

除非搬到郊區，否則我們很難改變外在環境污染源，但其實我們可以採取一些措施來改善室內環境。一般情況下，最好的辦法是打開窗戶，讓污染粒子和潛在的新冠病毒粒子釋放出去。但如果室外空氣品質欠佳，此舉無疑會造成反效果。此時，便是空氣淨化機派上用場的時候。

Mercier解釋，空氣淨化機有兩種類型：便攜式和可安裝於家中暖氣、通風和空調系統（HVAC）的形式。空氣淨化機（air purifiers）與空氣濾淨機（air filters）不同，以Cyclo Vac製造的淨化機為例，它會過濾懸浮粒子，而內含的紫外線燈則會破壞細菌、病毒和其他病原體的DNA，且能中和異味。

「消費者要做足功課，了解自己買的是什麼。」他說：「你可以去Costco買一些沒有紫外線燈，也不能去除異味的機器。或者可買品質更高的——且不一定更貴，你很快就能看到差異。」使用淨化機，你會發現不論好聞或難聞的異味都會消散得很快，Mercier舉例，在早上煎培根時，不用等上20分鐘，只需5分鐘味道就能迅速消失。那在HVAC系統和便攜式之間我們該如何選擇？Mercier建議：「在你負擔的範圍內作最佳選擇。根據個別省分和法律規定，大多數新居都可以選擇安裝空氣置換系統，在冷空氣回流中添加UVC系統十分容易。再來還要考慮成本問題：日後更換紫外線燈和濾網是否昂貴？你能輕易找到替換品嗎？」

在生活中，這些裝置真的會令健康和皮膚產生肉眼可見的改善嗎？Mercier對此表示肯定：「我患有哮喘，我注意到自從開始隨身使用便攜式淨化機後，我減少了類固醇噴劑的使用頻率，從而減少了處方藥用量，我的過敏沒那麼嚴重了，睡眠品質也隨之提升。沒有淨化機我也不活了40年嗎？沒錯！那現在我會為擁有一部淨化機活得更開心嗎？絕對是的。」Cyclovac.com

MODERN MEAT
Eat Modern. Eat Plants.

MAKE MEATLESS PART OF YOUR HOLIDAY TRADITIONS

Use the code **MEATLESS15** to get **15% off** any Modern Meat product
Expires December 31, 2021.

防污染護膚Tips

一些特殊功能的護膚品可以保護你的肌膚免受環境污染侵害——其中最不可缺少的，就是一款好的洗面乳。洗面乳可以物理性的方式從表面去除污染物，Cetaphil Gentle Cleanser不含皂基、無刺激性，可幫助皮膚保持水分而不堵塞毛孔；Biossance Amino Aloe Gentle Cleanser含有氨基酸，可分解污垢，而辣木（moringa）則可抵消污染對肌膚造成的負擔。

此外，你還需要一瓶有效的抗氧化精華。醫美品牌Skinceuticals有多款選擇，最新推出的Silymarin CF（\$190，Project Skin有售）含有左旋C、阿魏酸和水楊酸，可改善肌膚質地及預防粉刺。Algenist的Blue Algae Vitamin C Skinclarity Brightening Serum含有來自螺旋藻的維他命C，不僅可抵禦空氣污染，還可提亮膚色。Ole Henriksen的Banana Bright Vitamin C Serum則蘊含可改善肌膚質地的多羥基酸、維他命C和透明質酸。含有維他命B5、透明質酸和積雪草的Uriage Barièrderm-CICA Daily Serum，可修復被污染物破壞的皮膚水分屏障。

想加強保護的話，可考慮使用富含抗氧化成分的噴霧。加拿大製造的Tanit Neroli Water Balancing Mist，以綠茶、橙花和蘆薈成分來對抗環境污染及舒緩過敏肌膚。最後用潤膚乳液來完成護膚程序：如Moon Juice Cosmic Cream Collagen Protecting Moisturizer，其獨有的南非醉茄植物精華可抗氧化、消炎並抵禦污染粒子的入侵。

此外，白天一定要記得塗防曬，Reversa Radiance Cream SPF30含有維他命C，抗氧化之餘還能提供多重紫外線防護。晚上則要使用面膜，L'Occitane的Precious Overnight Mask富含堅韌的蠟菊萃萃取物。Neostrata的Overnight Anti-Pollution Treatment包含抗氧化紫丁香植物細胞萃取物、氨基酸和月見草油，可舒緩肉眼可見的污染傷害和強化肌膚水分屏障。而專門用來為肌膚大掃除的Valmont Deto2x Pack膠囊面膜，其瑞士水芹豆芽和蘋果幹細胞則可激活細胞排毒系統、促進細胞更生。

New Noshes

本季美食誌 Where and what to eat this season

Bruno

號稱列治文唯一精品酒店的Versante Hotel在疫情中落成，最令人期待的除了它時尚感十足的室內裝潢，還有首波登場的西餐廳Bruno。

穿過酒店大堂一隅的Versante Bar，Bruno就隱藏於酒吧的正後方。踏入Bruno的領地，首先映入眼簾的是一整面葡萄酒玻璃櫃，以及座落於正中央的18座中島餐桌。左手邊的落地玻璃區隔出一間可眺望城市景觀的獨立包廂，右手邊是沙發雅座區，更多的座位則聚集於中島的後方，頗有層層遞進的趣味感。大地色系貫穿整間餐廳，予人舒適明亮的感覺。

作為列治文首間精品酒店的「門面」，Bruno特別邀請到Will Lew擔任行政總廚——熟悉他的人都知道，擁有卑詩大學動物學學位的Will是推廣在地環保食材的行動派主廚，從本土農產品到可持續海鮮，都是他創作料理的根源。首次來到列市掌廚，Will趁這次機會發掘了許多列治文土產食材，並興奮地表示列市已經正式成為他的「新後院」。

醃漬24小時、外脆內嫩的Kurobuta Pork Belly為黑豬肉創造出全新口感，佐以黑蒜醬汁層次豐富；搭配鵝肝醬牛油布蕾的Scroll Loaf酥皮麵包讓人吮指回味；以溫哥華島薰衣草調味的Truffle Lavender Duck鴨肉細緻，濃郁肉香在口腔中縈繞良久；還有適合一家大小分享的戰斧牛排和海鮮雜燴等，以及其他卑詩產的高品質可持續海鮮食材——包括溫哥華島的生蠔、象拔蚌、魚子醬，太平洋西岸的魚和貝類，還有來自素里的可食用花卉等，都可在Bruno的餐桌上找到。

想跟着Will Lew主廚用舌尖巡遊卑詩省的朋友，不妨趁著這個節慶假期來列治文大快朵頤！**8499 Bridgeport Rd., Richmond, 604-242-2750. Versantehotel.com**

LOUISA CHAN



Land & Sea

Land & Sea將山珍和海味的標準推高至新境界——餐廳主理人相信，只要夠好吃，任何食材都可以互相搭配，而非受傳統框架束縛。於是，這間位於Kerrisdale的新餐廳便將大家熟悉的食材加以變化，創作出大家意想不到的新口味。前菜方面首選皇帝三文他他伴芒果牛油果莎莎及天婦羅紫菜脆片、炙粉紅鮮帶子佐綠茶蕎麥麵沙拉。主菜則分為「海」和「陸」兩大類，充分滿足肉食動物和海鮮狂迷。喜歡海鮮的朋友不妨一嘗Fanny Bay蜆肉Vongole XO意大利粉；愛吃肉的人則不能錯過Snake River Farms的和牛。除了海陸美食，Land & Sea的雞尾酒也非常出色，配以花朵冰塊、煙燻香味等小巧思，值得你「翻山跨海」來品味美酒佳餚。**1864 W. 57 Ave., 604-263-0155. Landandseayvr.com** VICKI DUONG

Modern Crumble 節慶烤素肉碎餡料麵包

適合派對食用，這道素烤焗料理還可佐以你最愛的肉汁（我們推薦素肉汁！）。本食譜為8人份，大家亦可自行將食材份量減半。**THEMODERNMEAT.COM**



- 1條切片無麩質白麵包，約500至600克
- 3匙（45毫升）純素牛油或無味食用油，分次使用
- 1½杯（375毫升）洋蔥粒
- ¾杯（180毫升）西芹粒
- ¾杯（180毫升）紅蘿蔔粒
- 2顆酸甜小蘋果（例如spartan、honeycrisp或基拿蘋果），去核切粒
- 1茶匙（5毫升）乾燥百里香
- 2茶匙（10毫升）乾燥鼠尾草（sage）
- 1茶匙（5毫升）鹽
- ¼茶匙（1毫升）黑胡椒碎
- 2杯（500毫升）低鹽素高湯或水
- 1包1磅（454克）Modern Crumble素肉碎，解凍

焗爐預熱至300° F (150° C)。將麵包切成1方吋（2.5公分）並放到烤盤中；烤10至15分鐘至麵包變乾並開始呈金黃色。取出麵包放入一大碗中。在一個大平底鍋中放入2匙（30毫升）素牛油，以中大火加熱。加入所有蔬菜，炒至洋蔥變透明。此時加入蘋果、百里香、鼠尾草、鹽、黑胡椒及素高湯。煮滾，待紅蘿蔔變軟，關火。焗爐預熱至350° F (175° C)。乾淨的平底鍋加熱，將餘下的素牛油煮至融化，加入素肉碎。炒散素肉碎並炒至變硬及略呈金黃色，倒入麵包碗內。將煮好的蔬菜倒入碗內，和肉碎及麵包塊一起輕輕攪拌，小心勿攪碎麵包。將拌勻的食材倒入2公升的淺烤盤中攤平，用錫紙緊密覆蓋；焗30分鐘。取走錫紙；再焗15分鐘或至表面變脆。此料理可在派對前一天做好，放進冰箱儲存。取出後須將第一次烤焗時間增加至45分鐘。

Give the gift of
HEALTHY SKIN
this holiday season

健康肌膚就是最好的節慶禮物。

Improve signs of aging and acne with advanced professional skincare by

SKINCEUTICALS x PROJECTSKIN^{MD}

升級專業護膚品 助你改善初老徵兆和痘痘問題

Exclusive savings available now through the end of the year. 現在起至年底，暢享獨家折扣優惠。

BOOK NOW!

Refresh your skin before the holidays with our brightening treatments. There is still time to book!

節慶來臨前，享受我們的亮膚療程讓您的肌膚煥然一新。現在預約還來得及！



PROJECT SKIN MD CF RICHMOND CENTRE
WWW.PROJECTSKINMD.COM
604-285-8115

PROJECTSKIN^{MD}



ROLEX

THE DATEJUST

The ultimate Rolex classic, the Datejust was the first self-winding waterproof chronometer wristwatch to display the date in a window, and continues to be the quintessential watch, reflecting the essence of timeless style.

#Perpetual



OYSTER PERPETUAL DATEJUST 41



GLOBAL WATCH COMPANY

1119 Alberni St. Vancouver | globalwatchco.com

ROLEX BOUTIQUE