



## 你的心聲

## 徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需注明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。  
投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

## 大灣區是港青的新機遇

金 堅

去年黑暴，香港有些大學生被外部勢力和攬炒派蠱惑煽動，不但上街鬧事，更招狼入室，讓暴徒侵佔校園，大學設施遭破壞，大學聲譽也受損。英國泰晤士「全球大學就業能力排名2020」報告指出，即使面對新冠肺炎疫情，亞洲主要國家地區的大學都出現明顯上升趨勢，唯獨香港多所大學排名大幅下跌，其中科大排名急跌16位，港大急跌13位。本港有資深人力資源顧問指出，受社會事件衝擊，僱主難免疑慮大學生因過分投入，而對其知識水平有所保留，更會擔心其立場對客戶及公司形象有不良影響。本港教育界慨嘆這次排名反映搞事的大學生已令本地甚至國際企業老闆「怕了」，香港年輕人如不深切反思，自身的競爭力會進一步下降。

必須指出，香港參與黑暴的大學

生只佔少數，但一粒老鼠屎，足以搞臭一鍋粥，大多數同學就這樣受拖累，而那些策劃黑暴的始作俑者，潛逃的潛逃，被捕的被捕，龜縮的龜縮，泥菩薩過江自身難保，哪會幫助大學生謀出路？就在這些年輕人在十字街頭徘徊的時候，特首林鄭月娥的2020年施政報告，為他們撥開霧霾，指出一條光輝大路，推出港青大灣區就業計劃，特區政府與大灣區科技、金融等企業合作，提供2,000個職位，月薪由18,000港元起。這可以說是一個「入灣」的台階，大灣區經濟發展前途不可限量，港青只要務實發奮，拓展視野，融入祖國這個大家庭，樂於付出和貢獻，更上一層樓，就大有機會進入管理層，也可以作為實習機會，為將來發展積累更多經驗。

## 特首戴國旗區旗徽章具意義

荃 萍

行政長官林鄭月娥日前發表《施政報告》時，佩戴一枚國旗區旗式樣的徽章。特區首長的舉止言行固然要恰如其分，其服飾也具象徵意義。特首佩戴此徽章，既給市民一個明確啟示，誠如她說：「特首肩負向香港特區負責和向中央人民政府負責的『雙負責』憲制職能，須全面、準確、堅定地擔當『一國兩制』的執行者和《基本法》的維護者。」對全體公務員也是以身作則的示範。

今年7月1日起入職的公務員必須宣誓或作出聲明，擁護香港《基本法》、效忠香港特區和對香港特區政府負責。此外，政府快將提交草案，修訂《宣誓及聲明條例》、《立法會條例》等法例，處理公職人員宣誓就職後若違反誓言所造成的法律後果。這些做法都是為了提高公務員的守法意識。另外，特區政府與內地合辦的「公務員交流計劃」實行多年，未來將擴大至包括粵港

澳大灣區內地城市，以及不斷豐富大灣區內地城市專題考察團的內容、豐富對關於《憲法》、《基本法》和香港《國安法》的資料，供香港公務員學習。特首發表完《施政報告》，6大紀律部隊首長均表示全力支持及配合落實《施政報告》內容。其實，其他公務員隊伍例如其工會也應有同樣舉動。公務員應上下一心，配合特首施政，為市民提高優質服務。

另外，公務人員也應該以身作則來推廣政府的政策。舉個例子，自從創新及科技局向全港每個市民免費派發兩個銅芯抗疫口罩後，只見到特首及創科局局長薛永恒在公開場合戴此口罩，未見其他高官戴過。這款口罩既符合美國材料與試驗協會的一級標準，又曾於2018年獲得日內瓦國際發明展金獎，但卻被反對派不斷抹黑，令很多市民不敢戴，甚至有人戴着它進公立醫院覆診也被拒諸門外，實在是荒謬之極。



■「光明三寶」中的牛初乳。

深圳，作為一個沒有長久文化沉澱的新興城市，常被人誤解為「美食荒漠」。其實，深圳不僅有外來食物的融合創新，也有本土味道的傳承，更曾躋身「自由行美食之都」之列。公明燒鵝、沙井蠔、松崗臘鴨、大鵬窯雞……細細數來，深圳本土美食並不少，且多以地名命名。「光明三寶」，是深圳光明區的招牌美食「套餐」，其中包括光明紅燒乳鴿、牛初乳和甜玉米。

現在的光明新區，主要由以前的公明鎮和光明農場兩部分組成。光明農場作為一個老的國營農場，成規模地發展了種植業和養殖業，其中生產的乳鴿、牛奶和玉米成了其中的拳頭產品，許多人慕名而來品嘗其衍生的加工食品並讚不絕口，於是「光明三寶」，也就有了「光明三寶」之說。

乳鴿，同樣來自光明集團自己的鴿

## 深圳招牌美食套餐

## 「光明三寶」



■「光明三寶」中的紅燒乳鴿。

場，以五穀雜糧飼養，營養價值極高。烹飪時將內臟及羽毛去掉，淨重約6、7兩，吃起來口感非常爽滑，甚至連乳鴿的骨頭都能吃。用來熬煮乳鴿的滷水也十分講究，將甘草、八角、桂皮、羅漢果等30多種中藥材同時入湯熬煮成滷水，每種材料都有嚴格的配置比例。乳鴿放進滷水後，

先用大火煮至水滾，再用小火熬，讓味道完全進入鴿肉中；滷好的乳鴿撈起後，再用純正的鴿子油配上花生油炸1到2分鐘，封住肉汁，鮮嫩多汁，吃了不上火。

光明牛初乳也極有講究。一碗端上來，看上去像蒸好的雞蛋清，潔白水嫩、表面光滑晶瑩。白色的瓷調羹舀下去，緊



■「光明三寶」中的玉米。

實有彈性。吹涼一點放入口中，濃香細膩，甜美的牛奶香讓人回味無窮。這些牛初乳是母牛產犢後7天內的乳汁，也來自光明集團自己的奶牛場。和普通牛奶相比，牛初乳蛋白質含量更高，而脂肪和糖的含量較低。

「第三寶」玉米，則是當年光明農場從美國引進的品種，由於黃白相間，大家稱之為「金銀玉米」，鮮嫩多汁，生熟皆可食，所以也有人稱之「水果玉米」。以前在光明農場大量種植，因為味道鮮甜美味，吃完乳鴿後來一根玉米，清爽解油膩。

現在，光明新區不僅有「光明三寶」，光明農場大觀園旅遊區已經成為國家4A級旅遊景區，結合光明新區自然生態資源、特色人文歷史資源及綠色健康飲食文化資源，以「現代農業休閒」為主題打造的別樣景區。想要暫避城市壓力的時候，來光明農場遊玩、擠牛奶、採摘瓜果，是貼近自然、放鬆身心的不二選擇。

記者 胡永愛 深圳報道