

## 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，但原稿需註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

## 漁網捕小魚

香橙老師

某自家品牌漱口水的樽蓋有防止兒童誤開的保險裝置，要在特定位置按壓再扭，才能把樽蓋打開。香橙用了好些時間研究，現在才能純熟開瓶。坦白說，到現在香橙仍覺得這類安全裝置非常誤事，既然我家沒有兒童誤服的風險，這個裝置對我來說就多此一舉。究竟有多少人會因為這個安全瓶蓋選購這個自家品牌？又有多少個家庭沒有需要而被過高規格和標準礙了生活呢？

我們在課室偶然也被高標準牽累：疫情網課期間，為了防止同學亂打字、亂說話，我們停用了軟件中的聊天室和討論室功能；有時我們為了更容易管理秩序，於是會強制學生完全安靜；為讓學生更善用互聯網學習，我們又會限制學生瀏覽影片分享網站，結果連學習影片

也被封鎖。要有效栽培學生成長，這些措施可能都有必要，但亦可能像安全樽蓋一樣，往往因為標準超越大部分人的需要，而為部分學生帶來不必要的掣肘。

學生安靜的確能有效管理秩序，但會連有意義、有功能的談話也被打壓，不利孩子的社交發展和大腦發育。我們在網課期間不斷尋求互動的突破口，卻為免學生製造事端而禁用所有交流工具。漁網紮得穩妥，卻連其他無辜的小魚也一網打盡。

如果我們相信教育不等於懲教，我們可能不需要一味把標準收緊。如果我們相信成長需要空間，就可能需要在常規中保留寬限和彈性。如果我們相信犯錯就是經歷，是反思的好機會，我們就未必需要懼怕學生犯錯。但願香橙會緊記着教育的真義。

## 全民皆乒的日子

賀新

看世乒賽時，想起自己兒時的日子。那時在廣州，放學做完功課，就把睡床拆了，把床板當作乒乓球檯，兩塊磚頭架起一支掃把柄，就是球網。那時容國團獲得男單世界冠軍，接着莊則棟、李富榮、徐寅生、張燮林代表中國出戰世錦賽，威震世界，掀起全民乒乓球熱。廣州也不例外，尤其是西關的寶源中約小學出了個女子單打世界冠軍梁麗珍以後，廣州就真的是「全民皆乒」了。

寶源中約小學的校長很重視體育，游泳是體育必修課。1,000米自由泳，梁麗珍雖然很努力游，但總是「包尾」，直到有一天體育老師對她說，游泳你不够力氣，但你

的雙臂很靈活，不如試試打乒乓球。

這真是「上天關你窗，必會給你門」。實踐出真知，成功靠嘗試，這一試，就成就了一個世界冠軍！

中國乒乓球運動從普及到提高，早就雄霸世界，剛結束的世錦賽，中國囊括所有冠軍。國際乒聯不斷修例，從乒乓球、球拍、球檯、球網以及場地大小，都有新規定，乒乓球增大了，這就限制了擊球的速度和力度。把場地縮細，遠檯扣球和救球的機會就減少。奧運所有乒乓球項目，每國只可派兩個/兩組運動員，這樣，中國就不可能出現包辦金銀銅獎牌的機會了。



平樂縣一家餐館展示製作好的平樂十八釀。



魚釀是釀菜的最高境界。

釀菜，是平樂桂江船家傳統菜餚，在一種食材中夾進、塞進、塗上、包進另一種或幾種食材做成的餡，然後製成熟成菜。釀菜在南方宴席上是常見家常菜餚，卻在廣西桂林平樂縣獲得空前的繁榮和發展，達到了幾乎「無菜不釀」地步。而所謂「桂林十八釀」，「十八」不是具體數字，而是代表多到無法計數。

記者曾萍、蘇徵兵



掃碼睇片

總之，平樂桂江船家走到哪裏，食材就買到哪裏，買到什麼就釀什麼。所以心靈手巧的桂江船家姑娘可以自信地說：「只有你想不出，沒有我釀不出。」而平樂十八釀也成為平樂桂江船家婦女智慧結晶、船家釀菜文化的精髓。

尚有不得不提的是魚釀，有人稱之為「釀菜的最高境界」。廚師們要在魚肚上破開一個小口，然後將魚肉和皮分開，取出魚肉，保留一張完整的魚皮。然後將魚肉剁成肉沫，與配料拌勻，塞回魚肚，將刀口封好，做成的魚釀栩栩如生，彷彿未曾切開過。再用大火燒成，一條完整的魚釀無刺無骨，還能保持魚的香味。

### 魚釀無刺無骨保持魚的香味

平樂十八釀源自平樂全民行船時代。在民國以前，灕江、桂江一線乃是中原與嶺南兩粵的交通大動脈，雙邊的貨運幾乎全靠船運。然而船上人家常年生活在船上，大約5至7天才會靠岸一次補充生活用品。在食品選擇往往是有高熱量的豬肉以及能存放長時間的蔬菜。為此，他們將豬肉剁碎，與其他配菜拌勻，加入食鹽，置入蔬菜中，變成釀菜。與傳統的存儲方式相比，釀菜更節省空間，同時能保鮮，只要存放在船板的下層，放上十幾天都不會變壞。而釀菜也成為桂江地區別具一格的飲食文化。

十八釀製作複雜，根據不同的主菜，配合不同的餡料，形成不同的風格。最受遊客歡迎的是田螺釀，在毗鄰平樂的陽朔縣，田螺釀是繼啤酒魚之後的名菜之一。廚師們將田螺肉取出，然後混合肉餡，加入紫蘇和薄荷，一同塞回田螺裏，經過大火翻炒後，香得讓人口水直流。



桂林釀菜是平樂桂江船家傳統菜餚。

# 100種味道 船家釀菜精髓 平樂十八釀