



9月23日是秋分，雖然在天氣上還不見秋意，但怪妹走遍港島，還是在不少地方尋覓到秋味。入秋必食滋補蛇羹，當然還要配上臘味飯，食完之後飲一碗潤燥糖水，美味又養生。還可以到油街實現的有機園圃，觀察果蔬的生長，等待秋收。最後當然不能錯過秋天的晚霞，來到香港仔避風塘，欣賞「秋水共長天一色」的絕美日落。



掃碼睇片



■主打懷舊中式糖水。

蛇王良

「秋風起，三蛇肥」，要尋覓秋味，當然少不了一碗蛇羹。此時吃蛇最是肥美，還要搭配臘味糯米飯，絕對是入秋的進補良方。坐落於北角電氣道的蛇王良，世代經營蛇羹生意超過二十年，店東還會根據氣候，以藥材配搭蛇肉，達到補而不燥的效果。最關鍵的是，店內設有許多價錢大眾化、經濟實惠的套餐，百元以內就能享用到滋補蛇羹。怪妹就點了91元的糯米飯餐，有一碗細蛇羹和臘味糯米飯。端上桌的蛇羹熱氣騰騰，雖是細碗仍然足料，一定要趁熱撒上檸檬葉絲和薄脆再享用。蛇肉鮮美，湯底濃郁順滑，食完全身都暖暖的。搭配的糯米飯粒粒分明，當中有切成小丁的臘腸和腸腸，以及小蝦米。一勺足料的糯米飯入口，油香味在口中漫開，米粒軟糯煙韌，香口惹味，一碗下肚很有滿足感。



■蛇王良有各式蛇羹嫩品。

■蛇羹和臘味飯。



翠苑糖水專家

港島尋秋味 食補賞日落

糖水好好味



■補腎合桃糊



■腐竹白果

秋分過後，寒涼漸重易出現涼燥，要注意燥邪傷肺，因此應吃些性平溫和的食物，如合桃。而一些白色食物，例如百合、雪耳等亦可滋陰潤肺，防燥養神。剛剛大進補的怪妹立刻來到北角道翠苑糖水專家的總店清燥熱。店內主打懷舊中式糖水，款式不算多，但個個經典，又平又靚，30元有找。不過招牌糖水「首創健脾補腎腰果糊」只限星期六和星期日，星期一去到的怪妹只能點了相似的補腎合桃糊（22元），以及腐竹白果（24元）。糖水有熱有凍，合桃糊非常細膩，入口有堅果特有的脂香，又香又濃不會太甜。腐竹白果裏面就滿滿是配料，有腐竹、白果和薏米，糖水綿密濃厚，白果軟糯，好好味啊。

油街實現

香港仔避風塘



■有些葉子已經變黃。



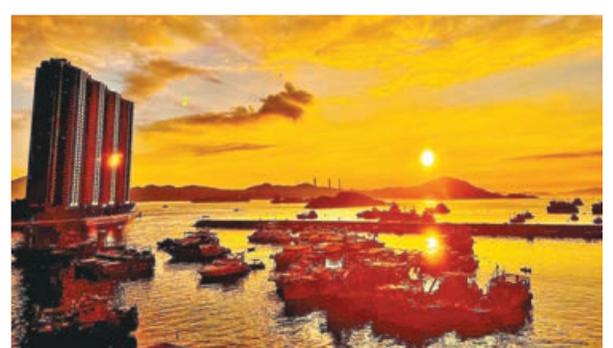
■未成熟的柿子。

北角高樓林立，但亦有一小片地方能夠享受大自然帶來的寧靜，那就是油街實現。這裏有一處可供參觀的有機園圃，各種時令的蔬果攀着鐵架生長，構成一條綠蔭小道，當中的辣椒已經結出果實，看起來很美味，相信隨着秋意漸濃，園圃會成為一個瓜果飄香的藝術空間。植物中也有柿子，只等秋天結出金燦燦的果實。

此外，「油街著綠」項目設有一系列「快閃作物同享」活動，每月精心挑選了特定主題，由本地農夫分享各種時令種植小貼士，還將有快閃植物幼苗領養活動，或一同採割新鮮農作物，同享油街實現有機園圃的收成。10月8日將迎來沙葛主題，於下午3:00在油街實現免費參加，即場報名。市民也可親身參與到種植中，享受秋收。



■由小路走向海上堤壩。



■秋水共長天一色。

「落霞與孤鶩齊飛，秋水共長天一色。」秋季多晴好天氣，大氣透明度較高，是觀賞晚霞的黃金季節。山頂和海邊往往能看到最絢爛美麗的晚霞，而比起行山，怪妹還是更喜歡簡單易行的海邊。搭乘72號城巴，在香港製冰冰廠及冷庫站下車，稍走幾步就能看到一個隱蔽的入口，周圍雜草叢生，兩邊停滿電車，不過繼續往深處走卻別有洞天，視線豁然開朗，目之所及是開揚的海景。這是一條風景絕美的海上堤壩，向東望有

香港仔漁家風情，向西看是海上群島、湛藍的天空與天邊的流雲，傍晚更能欣賞到唯美的夕陽。日落大約由下午6:00開始，直至天空完全變黑，橙紅色的陽光漸漸鋪滿海天交界處，海面亦泛起金色的波光。間或有海鳥低飛，在夕陽中留下一道黑色的剪影，美得令人沉醉其中。靜靜在此感受海風的輕撫，在夕陽中忘卻時間的流逝，直至最後一抹亮光在天邊消失。不過海堤上沒有路燈，亦不設欄杆，記得要趁天黑前撤離，確保安全。