

高效率大量生產如何成美食傳奇？

張錦滿



去年十二月底在北京住了三晚，吃了多餐，都覺滿意，開心察覺，高級酒店餐廳再不像十年前那樣一味擺闊，虛有其表，那明顯是廿家五星級奢華酒店開業十年多沉澱之功。現時，高級餐廳與食客雙方都較前成熟，再不那麼執著於外國品牌餐具、食物賣相、昂貴食材，轉而專注於粵式真實食味。

在北京，難免吃烤鴨，請教酒店禮賓部有何介紹，年輕人頗老練，反問我們要吃哪一類型，主流名牌店？遊客喜歡光顧的？還是北京本地人愛去的？我們當然選擇地道名店，於是他便建議我們吃四季民福。那果然是旺場餐廳，現時在北京開了十家。

我們晚上問路，來到其一的王府井店，進入門，見侍人龍長約二十人，其中不乏在北京工作的歐美人士。理解到晚飯客都會吃得比較長時間，而我們來旅遊無謂排隊，便打退堂鼓。

翌日下午，我們再臨該王府井店，亦見人龍，幸好午飯食客不會持久，我們等候不久便可入座。堂座乾淨，年輕員工勤快，點菜程序利落，裝修設計具傳統北京風味，平實格局，價錢比較合理，正合我心意。餐廳主打烤鴨，想像一天賣二百多隻，流水作業，快速大量上桌，我們吃到符合預期，便不多言。其他由侍應介紹的配菜，亦中規中矩，一切正常。

翌日晚餐，我們又去吃四季民福，故宮店，幸好裝飾設計完全不一樣，有點像香港酒樓格局，要做川流不息客人生意，具搏殺味道，但牆上仍掛有字畫，不失文化氣息，一讚。當晚除了再吃烤鴨之外，其他菜式我們可以吃到完全不一樣，正是我們所求，我高興四季民福並非加盟連鎖店，分店各有特色，值得以後每家去體驗。

四季民福的客人都必吃烤鴨，大概餐廳上下前後員工都為烤鴨服務，相當高效率，已接近機械化，我離開餐廳時，難說有過美好享受。

大衆化美食，追求速度和價位，四季民福符合預期，值得光顧，然而欠缺精緻感覺的吃烤鴨經驗，畢竟遺憾，這便不能不叫我喚起台灣宜蘭烤鴨回憶。

網上有大量宜蘭櫻桃鴨的視頻、文字介紹和評論，我不多說，這裏只想提一點，大衆化烤鴨，去到高效率，已接近機械化形態時，還可以做出什麼新花樣？怎樣還可讓客人享受到難得的美食樂趣？

首先說，櫻桃鴨是指英國Cherry Valley（櫻桃谷）農場的品種，在宜蘭成功繁殖，因此宜蘭多家餐廳都有賣。烤櫻桃鴨據說由蘭城晶英（Silks Place）酒店紅樓餐廳首創，所以吃該鴨，宜以該餐廳出品為準。

晶英紅樓不接受沒訂座的客人，而訂座要起碼在一星期前。因此到那裏吃鴨有規有矩，變得儀式化，訂座時餐廳已講明，吃鴨只有五時半與七時半兩個選擇，客人要準時入座。我們選吃頭輪，那天星期三非假日，全場大小十多張桌都依時坐齊人，時間一到，大隊侍應從廚房推餐車出來，一位侍應把鴨送到一張桌前。

紅樓的片鴨工作，每桌都由兩位師傅來負責，二十多位師傅齊動手那種鼎盛情況，在各地烤鴨餐廳都見不到如此一景。紅樓一鴨要做五吃，包括做壽司，功夫較多，所以非兩人服務一鴨不可。

一吃：皮片鴨捲三星蔥餅。道地三星蔥放進麵皮裏，並捲入鮮嫩鴨肉。脆皮炸葱混合辣味噌，入口即有葱香滋味。

二吃：櫻桃鴨握壽司。一口分量米飯配搭多汁嫩肉，正好調和爆發的鴨油，其美味在於創意。在別處沒有此吃法。

三吃：香滷鴨小拼盤。鴨舌、鴨掌及鴨翼，經醬汁滷製冰鎮，微辣鹹香，入口即化。

四吃：生菜包鴨絲。鮮甜鴨肉絲與清爽蘋果碎拌炒，包上新鮮生菜，清脆爽口。此吃有另一選擇；三杯鴨骨煲，以高溫快炒，收乾醬汁，起鍋前放入九層塔拌炒，嘗鴨肉鮮甜味。

五吃：慢火白菜燉鴨湯。把鴨架拿回廚房，放進已熬煮十小時的老母雞湯裏，加入白菜。濃湯透出香氣，縈繞不散。

宜蘭縣好山好水，十二鄉鎮各有名物，紅樓各取其一拼湊在套餐裏，正合遊客來嘗道地土產的心意。

紅樓餐廳發揮櫻桃鴨肉嫩油豐優點，來個一隻五吃，結合宜蘭在地食材三星蔥，可謂絕配。烤鴨放在嘴裏後，一切如傳言，並無作大。

宜蘭烤櫻桃鴨已立於不敗之地，成功在它吃法隆重，變成儀式化，一吃難忘，因此口碑早已響遍大江南北，並能帶動宜蘭聲名。高效率大量生產而可成爲美食，實在是餐廳傳奇。

毋忘花

凌殷



剛過的周末，我們一家三口第一次一起進戲院看電影，過往都是只有我這位全職媽媽和三歲小兒拍拖看戲，這次老公難得有空參與，所以我們選了看親情片——《玩轉極樂園》(Coco)非常破格，令人驚喜滿足，正面向兒童講述何謂死亡。

「生、老、病、死」是每個人在生命中必經的階段，但於童年的時候，校園或家庭都好像沒有好好教育我們什麼是「死亡」，甚至將「死亡」當作禁忌話題，覺得兒童不應接觸相關的資訊。

電影以墨西哥亡靈節（類似香港盂蘭節）為故事背景，一直覺得皮克斯製作的動畫，境界很高，不只給小孩看，也給大人有更多啟發。亡靈節有點類似萬聖節，在墨西哥是一個重要的節日，家人和朋友彼此聚在一起，為已逝的家人及朋友祈福。墨西哥人認為「死亡」只是生命的一部分，相信亡者在另一世界可以好好生活。被人遺忘，再延伸至「亡靈節」的重要意涵：透過家人的祈禱與家族記憶，讓亡者在另一世界不孤單，永遠活在人的心中。「真正的死亡，就是沒有一個人記得你」是這戲一句重要台詞，即道盡了對死亡思考，與活着的價值。

此外，這電影加入了大量墨西哥傳統文化和藝術元素。例如片中祖先給予祝福的花為萬壽菊，死亡之人走上的橋也是由萬壽菊所組成；而當地人相信此種花是象徵着太陽光芒，將會指引你到達正確的道路上。還有那些靈獸們，則是依照一個知名的手工藝師父，他在一場重病中夢到的怪物，醒來後連夜趕工將其做成布娃娃，此娃娃也在一夕間於墨西哥大賣。

看完這電影，很想立刻給家人一個大擁抱。其實看到一半小兒已一直依伴着我，他已到了會看電影的年紀，老公也一直在旁拖着我的手。因他知道我已失去人生中對我最重要的兩位女性，心像穿了洞一直在淌血。

「笑笑獨欠人不見 不記明日黃花昨日現 百折千回時日流轉不了斷」。



▲電影《玩轉極樂園》令人回想親情溫暖

資料圖片

綜合格鬥應打「李小龍」牌

沈言



筆者昨晚觀看了有生以來的第一場搏擊比賽，「世界專業格鬥賽：一帶一路群雄爭霸戰」，雖然自認對競技體育不甚了了，但當一衆肌肉男、彪悍女在籠內作困獸鬥，或激戰，或纏鬥，以原始野性親身闡釋弱肉強食、成王敗寇的叢林法則，卻也不禁爲緊張刺激的現場氣氛所震撼。

是次名曰「世界專業格鬥賽」的賽事，以當今搏擊界方興未艾的綜合格鬥爲主題。綜合格鬥號稱搏擊運動中的「十項全能」，賽事規則十分靈活，既允許站立打擊，亦允許地面纏鬥，還允許選手使用拳擊、巴西柔術、泰拳、摔跤、空手道、柔道、散打、截拳道等多種技術，屬於開放式的競技格鬥運動。

提及綜合格鬥，則不得不說一代武林宗師、功夫巨星李小龍先生。衆所周知，祖籍廣東、生於美國、長於香港的李小龍，乃美

國《時代周刊》評選出的「二十世紀最重要一百人」之一，堪爲中國功夫的象徵與靈魂人物。作爲荷里活首位華人主角，他以先行者姿態，向世界推介中國功夫，掀起全球熱潮，令西方對中國刮目相看。作爲香港功夫片的傳奇巨子，他開創港產功夫片浪潮，奠立「東方荷里活」基石。實際上，在光影之外，李小龍還是世界武道變革的先驅人物，他打破門戶之見，集百家之長，自創截拳道，跨越門派之爭，敢爲天下先，肇始綜合格鬥。

作爲綜合格鬥的始祖，李小龍早在上世紀七十年代主演的功夫片《龍爭虎鬥》中，即透過片首開場與洪金寶的精彩對決，演繹展示了綜合格鬥之要義：演員穿戴的短褲、拳套與綜合格鬥服飾並無二致，而李小龍以瘦技鎖住洪金寶，迫其因不適而擊地投降、終止戰鬥的情節，亦首創了以壓制獲勝的綜合格鬥方法。縱使李小龍不幸英年早逝，但尚武精神卻注定流轉乾坤，生生不息。

而今，在體育強國夢和中國夢交織的大時代，體育承載着國家強盛、民族振興的夢

想，關乎人民幸福和民族未來，借用中國領導人的話，一言以蔽之——體育強則中國強，國運興則體育興。

因此，弘揚中華體育精神和體育道德風尚，提高競技體育綜合實力，讓體育爲社會提供強大正能量，已然成爲體育強國的題中應有之義。

然而，環顧世界四大拳擊組織，皆由別國所創，阿里、泰森、霍普金斯、梅威瑟、帕奎奧等劃時代偉大拳王，均與中國無緣。雖說體育精神無國界，但由李小龍始創的綜合格鬥，如何避免「牆內開花牆外香」，如何因勢利導，創辦富有自家民族性的大型國際搏擊賽事，培育華人世界級綜合格鬥王者，或許應列爲體育強國的思考題之一。

在「一帶一路」邁向五周年的新年伊始，有香港運動協會率先發起「一帶一路群雄爭霸戰」，吹響競技號角，不妨視爲「一國兩制」系統內，港人主動融入國家頂層發展戰略，打造綜合格鬥世界品牌的一種先行先試，拋磚引玉，精神可嘉，值得鼓勵。

休說沙田變幻

張茅



友人家住沙田，邀我到沙田逍遙一天。我說：「好啊，很久沒吃過沙田豆腐了。」友人反問：「沙田豆腐？」接着說沙田有各種美食，就看你喜歡。

到沙田的大商場逛了一趟，看到一些外國出名食肆進駐沙田，友人說韓國著名的一家鐵板雞專門店，最近進駐沙田開業。韓國菜近年在港流行，傳統御膳、炸雞以至刨冰都受歡迎；沙田多自由旅客，這家鐵板雞專門店乘勢進入沙田，以四款招牌鐵板雞吸引食客。

法國風也吹到了沙田，法國一家老牌著名糕餅糖果，如今與本地一家飲食集團聯手，在沙田一家商業廣場開設二千平方呎的簡約咖啡店，上層看菜牌，剛好下午茶時間，點選了法式泡芙和迷你蛋糕。除了甜品，尚可品嚐法式頭盤餐食。沙田是本港早期發展的新市鎮，火車一帶大商場、食肆、酒店與市區沒有分別，中西韓日美食各顯特色。

在熙來攘往的食店門前，發覺找一家「沙田豆腐」的食店很不容易，來回走了一段路沒有找到，念念不忘的沙田豆腐，少年時代的美食，大抵已被淘汰，退出飲食舞台。

少年時代口袋有十元八塊，足夠到沙田吃一天玩一天，一個月裏，不時企盼這樣的日子會出現，心裏想着要做的一件事，在火車站外買大大一包炸豆腐，吃個痛快。

那年代的鄉郊市鎮，以元朗最發達，但山長水遠，交通不便，來回三數小時。沙田是最接近市區的鄉郊，從九龍尖沙咀火車總站出發，經旺角站、九龍塘站，穿過隧道，再走幾分鐘，即抵沙田火車站，沙田郊遊，吃當地有名的豆腐，成爲一家大小新界郊遊的假日節目。

猶記當年走出車站，空氣清新，四周山坡綠野，一片樸實的鄉村風情，擠擁的遊客，有些向車站靠山方向走，登上山萬佛寺；沿山腳右邊走的，是一條小路通往山丘的西林寺，上香參神，吃齋，遊覽寺內景色，四處拍照，還可打牌作樂，吸引許多遊客。另一小路通小墟市，小墟市有



▲如今的沙田已然是都市化的模樣 資料圖片

▼沙田地區以豆腐、豆腐花等豆類製品聞名



擺地賣魚蝦蟹、東風螺、海蜆的小檔，幾家海鮮飯店和小炒食店，海鮮飯店門前養游水魚蝦，遊客吃海鮮的走小路到墟市。食檔的甜酸炒蜆、白灼蝦、生灼東風螺一份二三元，大衆美食，吸引遊客光顧。特別難忘的事，在擺地檔水盆中首次見到鱉。

火車站的另一邊，面向馬路和墟中心，即現在的城市廣場。走出車站，橫過通往市區及大埔唯一公路，便是沙田墟。遊客往墟市之前，多在馬路邊停留，吃沙田豆腐。在這車站旁邊，擺滿賣豆腐的擔挑小販檔，一頭是炸豆腐的小油鑊，一頭是放食物的鐵籃，炸豆腐、炸釀豆腐、清蒸魚肉釀豆腐，甜醬、辣海鮮醬、醬油食客自己添加，夏天水豆腐最受歡迎，有一種長三角的炸豆腐片，近乎人手一包，就如看電影吃爆穀，快餐店吃薯條，邊行邊吃。

車站對面的墟中心，只有幾條短街，沒有街名，稱第一街、第二街、印象中最後一條是第三街了。每條街約有二十個舖位，商店全是平房，沒有二樓，沒有住宅，以茶餐室、食店、飯店爲主，海鮮酒家不外三兩家。飯店多推介豆腐，清蒸魚肉釀豆腐，炸釀豆腐、煲仔豆腐、豆腐焗魚頭煲、韭菜燒腸蝦醬豆腐煲（俗稱大馬站），都以沙田山水豆腐爲賣點。不用十五分鐘走完沙田墟中心。

沙田豆腐爲什麼特別好？記得當年飯店老闆回答好在水質，製造豆腐的用水，

真正的沙田山水，山水清澈，帶甜味，屬於輕水，水質滑，豆腐軟滑。

沙田早稱瀝源，後來改稱沙田，仍保留一地稱作小瀝源，即今日的瀝源邨。瀝源舊日實爲整個沙田區，至少有幾條河，包括大圍河、田心河、大涌河、沙田河，瀝源意即清水之源，山水經河蜿蜒下流，經沙田河入海，與吐露港相接。沙田河谷兩邊，縱橫四十八條大小村，如銅鑼灣村、觀音山、烏龜沙（烏溪沙）、上禾輦、下和輦、梅子林、黃竹洋、插桅杆、徑口村等，鄉村雖多至約十八條，但人口不多，有些村落不近河谷，故河谷保持清澈，水質天然，用清涼山水釀成豆腐佳品。

五十年代至六十年代初，沙田約有十多家豆腐工場，道風山的友愛村萬馨園、白田村的豐和，及小瀝源、排頭村的家庭式豆腐出品，每日供應墟市、街販、酒家。八十年代城門河兩岸大型住宅及商場林立，四星級酒店多家，大型商業廣場出現，隨後新馬場闢建，沙田成新市鎮，自然環境及經濟價值改變，沙田豆腐式微於七十年代初，接着區內大圍種花業崛起，有時會去探望種花爲生的羅家叔，當時還有機會吃沙田豆腐，這是對沙田豆腐最後印象了。

雖說沙田今成新興美食區，唯一一種令我念念不忘的地方食物消失了，「沙田豆腐」此名也許只成「集體回憶」。

老街裏的靜時光

李丹崖



老街如貓，蜷縮在城市的北關。

雪後初晴，老街裏的一切都像新梳洗過一樣。宛如一位女子待字閨中太久了，終於等到了嫁人的日子，好一番梳洗打扮，鑼鼓班子吹吹打打，就到了門前。

是的，一場又一場的北風之後，天地之間似乎被糊上了一層泥坯，太陽的一道光劍，把一切都劈開了。雪化了，世界都洗了一把臉。

在這時候走進北關老街，街巷之間透着一股清新的氣息，皖北人習慣上稱街巷爲「街筒子」，滿街筒子的清新灌入你的鼻孔時，人格格外舒暢，在街巷深處走，望着兩側的店舖，猶如人穿行在山溝溝裏。只不過山溝溝裏的草木不會和人對話，而店舖裏的商家會招徠顧客說，「進來看看」、「我家新做的板麵」、「綠豆糕吃不」……

沿着老街往裏走，觸目可及是屋簷上的

冰溜子，它們像是玩魔術的雜技演員一樣，倒扣在房簷上，晶瑩剔透，許多孩子拿着竹竿在夠這些冰溜子，然後用胡蘿蔔一樣的小手握着，調皮地在嘴裏咬着這些嘎嘣脆的冰溜子，在他們看來，這些冰溜子就是夏日裏的冰棒，刺激中帶着冒險的意趣。

街巷盡頭的陽光裏，有打牌九的老人，他們大都年逾古稀，有的已經年至耄耋，滿頭銀絲，優雅地打着牌，幾乎沒有什麼聲音，偶爾有，也是嘮閒嗑，拉拉家常，快過春節了，說一說各家置辦的年貨，今年過節，兒孫是否從遙遠的城市回來團圓。他們，已經成爲街區獨特的風景，有很多遊客從他們身邊路過，會折過身來駐足，觀賞半天，望着這些安詳的老人，鑽研一番他們的牌法，再戀戀不捨地離開。

老街深處那個嗑瓜子的婦人，長年累月在門檻內嗑瓜子，望着遊人笑。她是個有故事的人，年輕的時候，她有兩個兒子，大兒子在外求學的時候，遭遇了交通事故，離開了她。她的大兒子是個愛吃瓜子的人，常常

偷偷在隔壁炒貨店去買瓜子，她一直認爲，她的大兒子並沒有死，而是去遠行了，她嗑這麼多瓜子，目的是等待兒子回來的時候，給兒子吃。

老舍說，生活是律律動，須有光有影，有左有右，有晴有雨，滋味就含在這變而不猛的曲折裏。

很多人以爲這位婦人患上了精神病，其實並沒有，她這樣做，是一種別樣的寄託，是懷念親人的另一種別樣方式。

冬日裏，人們都喜歡循着熱氣而去，老茶館是最好的去處。有事飲酒閒飲茶，閒下來，人就喜歡往茶館跑，茶爐上盈盈冒着熱氣，沖茶的瞬間，茶香四溢，喝茶的時候，人周身都神清氣爽，何等愜意。收音機裏，播放着陳年的泗州戲，似乎是《伯愈泣杖》，茶館裏的老人聽得入神，連手裏的水煙袋和桌上的茶都忘了享用。

恰逢小寒節氣，老街裏的靜時光，被一盞的茶氣暈染，淡開，似一幅山水畫，等待着越老越多的人去閱覽。