

## 酸奶糉子「C位出道」

端午安康，糉葉飄香。在老生常談的南北糉子鹹甜之爭之時，新疆的街頭小食酸奶糉子已經悄悄殺出了一條「血路」。

從南疆一路流行到北疆的酸奶糉子近兩年成了網紅店的標配甜點。其「奧義」就是在軟糯的糉子上覆蓋了用新疆優質奶源製成的老酸奶，再加上本地釀造的蜂蜜，一勺下去在口感上層次分明。蜂蜜香和奶香均勻地包裹着糯米，酸奶的酸與蜂蜜的甜調製出均衡的口味，老少皆宜。

逐漸地，人們又在酸奶糉子裏加入了核桃碎、葡萄乾等新疆特產乾果，讓其層次更加豐富，也會用本地的杏子醬、無花果醬、桑葚醬、黑加侖醬或玫瑰花蜜等醬料，創造出了這道健康有營養的多口味



▶新疆美食。

新疆特色甜點。享用完一頓抓飯或者烤肉大餐，解膩養胃的最好餐後小食就是一碗冰涼的酸奶糉子。

回顧了一下這一組新疆美食系列的專欄，幾乎每篇都讓人食慾大振，也有不少讀者反饋「看餓了」。要盤點新疆的美食，恐怕寫一本厚厚的書都很難盡錄。新疆菜的烹飪技法其實都很原始簡單，它的美味源於其地產的高質素的食材。充足的日照、廣袤的草場、豐富的雪水和跨度極大的晝夜溫差，都是大自然對這片西北邊疆的偏愛與饋贈。

「我們新疆好地方，天山南北好牧場，隔壁沙灘變良田，積雪融化灌農莊，麥穗金黃稻花香，風吹草低見牛羊，葡萄瓜果甜又甜，煤鐵金銀遍地藏，我們美麗的田園，我們可愛的家鄉。」一首經典好歌可以永流傳，只因它深入人心。

（新疆美食系列完結篇）



## 中國女排

我不是一個合格的女排迷，中國女排裏除了教練郎平和主攻手朱婷之外，我也叫不出幾個名字。但是，前幾天的晚上，就在準備去睡覺之前，我突然看到網上有中國女排對巴西的直播，即使已是深夜，即使第二天還是要早起上班，即使前一秒還是昏昏欲睡，我還是立刻就來了精神——中國女排的比賽，怎能不看？

開始看的時候，已經是比賽的第四局了，前三局中國女排局數二比一領先，但這第四局卻不太順利，幾乎是被巴西隊壓着打的。高大強壯的巴西隊員在場上高高跳起、重重扣下，壓迫力十足。中國隊教練郎平，站在場邊，換下了幾位主力，讓替補上場，看得出，她是想在第五局決勝局放手一搏了。很奇怪，雖然理智上，我知道前幾場中國隊輸球的比賽，郎平教練也同樣站在那裏，但情感上，她只要站在那裏，就讓人放心，就讓人有信心。

第四局意料之中地輸掉之後，決勝局拉開帷幕。不知道是不是

「倖存者偏差」，我印象中，總覺得只要進了第五局決勝局，勝利總是屬於我們中國女排的，雖然記不清楚具體是哪場，但印象中好像已經有很多次這樣的例子了。果然，勝了！酣暢淋漓。最後一個球成功扣下的時候，在電腦熒幕前的我，都情不自禁地大聲為中國女排叫好，叫完才想起已經半夜，連忙捂上嘴巴……

看着賽場上女排姑娘們在拚命救球、奮力扣殺的樣子，想起前幾年中國女排來香港比賽時的盛況。我記得是在伊利沙伯體育館，那場比賽對手是日本隊。全場爆滿，從開場哨聲到最終中國女排贏下比賽，歡呼聲、助威聲一刻都沒有停過。不知從何時開始，看中國女排的比賽成了一種儀式，中國女排已經成了一種信仰。



## 從美回國（上）

暑假籌備從美回國探親。今時不同往日，要在越洋航班起飛前四十八小時內到使領館指定的醫療機構進行核酸、血清抗體IgM雙檢測。因為已完成接種，如果IgM檢測為陽性，可追加N蛋白檢測，以辨別是否疫苗引發的反應。我的航班從底特律飛上海，按規定能在芝加哥或底特律的三家指定實驗室檢測。網上預約檢測、付款，訂好底特律附近的賓館。提前兩天飛到底特律，到賓館放下行李後去做檢測。

診所在一個不起眼的小購物中心裏，來檢測的多為中國留學生。工作人員經驗老到。她們列印好登記表及檢測的條碼，讓我打開護照照片頁，和表格、條碼一起拍照。進入隔間檢測時，鼻拭子取樣、抽血也都有醫護人員代為照相，以備審核。鼻拭子採樣稍覺不適，其餘順利。檢測時留下電郵地址，據此上網建賬戶、設密碼，等檢測結果。

第二天下午收到結果，打開帳戶先注意到「陽性」紅字，定睛一瞧，原來是IgG指標，不是IgM結果，說明打疫苗後產生了抗體，虛驚一場。接下來通過「防疫健康碼國際版」微信小程序上傳資料。但賓館WiFi不給力，上傳圖片一直不成功，改用電腦版表格申報。

兩個多小時後得到的人工審核結果卻是「未通過」，要求提供詳細檢測報告。給檢測機構打電話，才明白火狐瀏覽器無法接收他們的PDF版報告，改用谷歌瀏覽器才成功下載了報告，截屏後通過微信上傳。這次很順利，十五分鐘後就通過審核，獲得綠碼。申請健康碼一波三折，有驚無險，總算搞定，但這才走完了通關的第一步。



## 重新學說話

很多年前，出現過一次全民學英語的熱潮，差不多那個時候，電腦開始進入百姓家庭、家用小轎車也漸漸多了起來。我記得當時傳過一個順口溜，說的是現代人要重新學說話，也就是說英語；重新學寫字，也就是鍵盤打字；重新學走路，也就是開汽車。

類似的情況在歷史上應該發生了多次。比如，原先中國人習慣於跪坐，看看漢畫像磚，裏面的人彷彿是在練瑜伽。所謂「正襟危坐」之「危坐」，在古代，就是兩膝着地，聳起上身。這個坐姿很累人。嵇康不願做官，理由之一，據說就是「危坐一時，瘦不得搖」。後來，椅子傳入中原，中國人的臀部和腳踝總算獲得了解放。《韓熙載夜宴圖》裏，大家的坐態和前人很不一樣，兩足垂地，半躺半坐，

這些年，用圖片、視頻來交流變得越來越廣泛，比如，聊天時「鬥圖」，互相發送表情包。再如，在微信朋友圈上傳一張圖片或一段視頻來表達自己的心

情，微信還支持用一張圖片來說明自己的「狀態」。而抖音等平臺，更誘導人們用短視頻表達自我。和文字相比，視頻表達有許多獨特的地方，至少表露情緒更加方便。「五味雜陳」這四個字，大家都能理解，但讀者理解的「五味」未必就是寫者心中的「五味」，如果「寫者」變成「拍者」，「讀者」成了「觀者」，會有意想來方便得多。當然，也許會少了猜謎和代入的樂趣。世間事，難兩全，大都如此。



下讓人艷羨的influencer，這就是發表評論的魔力所在。

對上述社會現象無動於衷，或認為參與網上評論只屬娛樂，如過眼雲煙，只要受害者不理會、不留意、不反擊就無傷大雅的人，可能根本從沒嘗過毒舌者在網絡炮製的那碗所謂「家常便飯」，才能如此大方瀟灑。然而，若網絡欺凌和集體惡意攻擊的風氣再嚴重下去，除非大家不再倚靠網絡生活，否則人人都有機會成為受害者，那碗讓人難以下嚥的米飯也只會不斷增加產量，肆無忌憚荼毒蒼生。



## 毒舌成風

網絡評論成風，不管什麼範疇，每天都有大量網民發表意見，甚至不留餘地大肆留下負評。無論喜歡與否，這現象也過止不了，因為通訊科技的發展早超越了我們的駕馭能力，而普羅大眾也已經習慣輕而易舉進入各式公開論壇。事實上，不少人喜愛鬧哄哄的氛圍，因為可以從中找到存在價值與歸屬感。上世紀，大家還要專程走到榕樹頭、茶餐廳、公園涼亭，就是圍坐說三道四，交換八卦消息，再發揮想像力加鹽添醋，在高談闊論與嬉笑怒罵之間，讓無聊的人生變得不亦樂乎。時至今天，我們已不必勞師動眾聚在一起，只要每天從夢中醒來，已可執起手機，用迷糊

的雙眼上網瀏覽所有即時熱話。看到不順眼的貼文、照片和視頻，留言加以嘲諷、謾罵和批評，隨時比下床的效率還快。

不必面對當事人、不用公開身份、不需咬文嚼字，許多人視發表網絡批評如家常便飯，甚至變得越來越毒舌。網絡言論越發辛辣，一方面源於生活壓力，人們想藉此將怒氣一舉發洩在別人身上；另一方面，也有留言者想引人注意，博他人點讚。無可否認，確實有人覺得點讚就如認同，點讚數量也代表言論價值和影響力。故此，如果罵得夠創意出位，甚至被媒體在報道中引用，那就更不得了，或許已是留言者畢生的「成就」，即時自覺成了時

## 一隻糉子

我對飲食的要求很低，對於食物沒什麼研究，最重要是滿足人類的基本生存條件：飽肚而已。我的日常飲食十分簡單，若非要陪伴家人一起用餐，我可以吃得十分隨便，甚至每餐吃着同一款式的食物亦可。我太太有時看不過眼，便會投訴我對飲食不花心思。由是，我明白到飲食也非純粹個人的事情，若要與他人和諧共存，便要對食物和飲食方式作出講究。

有一種食物令我產生了奇特感情。以往我並不懂得分辨粵式食品荷葉飯、糯米雞和糉子，我覺得該三種食物好像差不多，沒啥分別。有時在廣東茶樓飲茶吃點心，我糊裏糊塗地點了該三種食物一起到

來，於是吃得肚子漲滿。後來我知道當中的主要分別就是餡料的差異。前者以米飯為主；後二者都以糯米為主。顧名思義，糯米雞裏面有雞肉或雞翅；糉子則是包羅萬有，款式甚多。

相傳愛國詩人屈原投江自盡，後人為免他的遺體被魚掠食，於是用竹筒盛入米飯向江河投入，讓魚進食。後來則以葉子包裹米飯，漸漸形成糉子。

小時候的中文課本已經述說如此故事，故此每逢端午節便是吃糉子的好日子。粵式糉子鹹甜俱備，餡料齊全莫過於裹蒸糉，大概相等於一頓飯餐。從前我比較愛吃甜的豆沙糉，沾上砂糖或糖漿都十

分美味。香港的生活確是有些奇怪，中秋節吃的月餅平時並不常見，可是糉子卻非端午節的專利品，平時在茶樓食肆，甚至濕貨街市都有糉子售賣。究其原因，糉子能果腹，能夠給予勞動階層充足體力。

我的中學時代，父母都要外出工作，中午或晚上有時就只有自己一人吃飯。母親有時會為我預備一隻糉子，我只要放在鍋子把它蒸熟便可進食。從前看着糉子不愁寂寞，現在再看到糉子便想到父母的愛護。雖然家境並不富裕，但他們總會給我溫飽的糉子。



## 疫情中的粵劇亮點

香港作為嶺南文化的一隅，粵劇傳統歷久常新，逾百年發展不受殖民政府及其文化影響，反而不斷吸收養分，改良更新，二十世紀上半葉更呈戲園、戲班各據一方之勢，薛覺先、馬師曾等大老倌為各自戲迷施展看家本領，生命力之強，讓人嘖嘖稱奇。就連當今全城抗疫之際，本地粵劇仍發光發亮。

例如昨天落幕、連演二十五場的新編粵劇《香江號》，故事以抗疫為題材，述說上世紀三四十年代香江一戲班，如何上下一心面對逆境。全戲共分八個場景，既有大時代中的柔情，也有悲壯的激盪。

擔綱演出的「錦昇輝劇團」一

眾成員可謂老中青兼而有之（附圖）。其中製作總監衛駿輝兼任女主角，其平喉唱腔深沉穩重，功架不凡。藝術總監、男主角龍貫天戲份頗多，其中在第四場前往疫島的一曲獨唱，感人肺腑。

值得一提的是，演出樂種雖歸類為粵劇，但以選曲和配器之多樣化，以及在劇情中的效果，此戲更像一部粵劇音樂劇。首先選曲有相當一部分是耳熟能詳的歌謠、流行曲，例如陳百強的《今宵多珍重》、麗莎的《相思淚》、羅文《中國夢》，以至蘇格蘭民歌《友誼長存》，甚至《梁祝》、帝女花《香夭》等。填上新的歌詞，以配



合劇情。此外演奏方面以傳統粵劇樂隊為主，在樂池中演奏。個別樂段，例如《梁祝》，則以小提琴作獨奏。但間奏曲之一的《二泉映月》仍以二胡演奏。

演出場地的西九文化區戲曲中心大劇院，由於空間甚大，擴音難

免，但調校的音量頗高，尤其是我和鋼琴家羅乃新所獲安排的座位距離巨型揚聲器不遠，聲量撲面而來。然而溫情的劇情和台上各演出者精彩投入的演出，讓我們忘掉極冷的空調，以及空着肚子的狀態。最後一幕台上展示一條大木船，各人在船上，放下悲情，繼續起航。節目單說得好：「借古鑒今，香港今日雖然在疫症的陰霾下；然而，不論昨天、今天、明天，只要我們堅持信念，必定能戰勝一切；讓我們一同乘坐香江號，千里揚帆。」



## 慳錢記

我要坦白地承認，那日是經過了精心的對比算計和反覆的思想鬥爭，才決定搭乘叮叮車的，畢竟，從上環到北角，它是最廉價的交通工具，二元六角。倘若搭乘最迅速的港鐵，八達通折後也要六元七角。當然，叮叮車意味着四十分鐘的車程，相較於港鐵的十五分鐘，不但耗時長，而且要放棄冷氣四溢的舒適體驗。

不過，我還是決定搭乘叮叮車，因為那天早上，我剛剛決定要

開始節省每一個銅板。此前一天，一內地來港讀書、然後留下來兜售保險的九〇後港大畢業生，看了我的專欄特別是與金錢觀有關的文章，便寫信給我，邀我面談並「交流一些看法」。他圍繞着「此刻不理財，老了怎麼辦」滔滔不絕地向我砸了近兩個小時的主題演說，以至於我忽然驚醒到自己的愚蠢，並嘗試建立一個之前大大忽視的邏輯：不攢錢，就沒有能力買保險產品；不買保險產品，老了就沒有保

障。於是，一向對慳客十分鄙視的我，特意留足了時間，登上了「這邊風景獨好」的叮叮車。

孰料，車到中環，忽然就不走了。只聽得司機連連大喊：「戴緊口罩！」如號角聲。坐在上層的我，正欲探出腦袋觀望一下，卻見一個滿臉橫肉、身穿黑裙的女人，從扶梯上來，一屁股坐在尾部的座位上，活脫脫一個黑色的「利是封」。她不但沒戴口罩，手裏更拿着碩大的漢堡和飲料，旁若無人地大快朵頤。這時司機從前方的扶梯衝上來，隔空喝斥：「嚴禁飲食！戴緊口罩！」一連數聲，無奈「利

