



自家枕頭糰 保存客家味

新界東北一些荒廢村落，在政府、一些社會組織及熱心人士支持下，走上復興之路，這種復興是全方位的，包括重燃散失已久的客家文化。在這個端午節，榕樹凹及梅子林的村民都對「枕頭」戀戀不捨，這個是非一般的枕頭，它實是形似枕頭有四個角的客家糰，「枕頭糰」主要有兩種，花生糰及灰水糰，村民吃着自家製成品時，恍惚回到童年在家鄉吃糰過端午的時光。

香港商報記者 鄭玉君

榕樹凹村邀專家教包糰

荒廢多年的榕樹凹村，爐灶早已毀爛，亦沒有電，村民近年搞活動都是大費周章，從沙頭角碼頭運物資到村，即管如此，已在廢村炊過好幾回豬肉，但糰子就沒有做過。村長溫華聰說，很多懂做糰的早一輩村民已移民英國，有些則已仙遊，在港的村民都不懂做，所以今個端午，請來担水坑的做糰專家何春喜教他們製作客家花生糰，村民打好根基後，明年端午可回榕樹凹村與一些學生或團隊合作做糰，承傳客家文化。

說來何春喜的實力真的很強，她9歲時全家從深圳鹽田搬往沙頭角新村，從小就學太麻包糰並學懂，嫁往鄰村担水坑後間中做，退休後做得最多。2012年當沙頭角村落解禁後，她就在担水坑擺攤賣糰，先幾年還有做糰交給人售賣。

至於花生糰為何會成為客家人的傳統糰，據一些客家人及來自網上的資料，明朝前落籍香港者視為原居民，早已開墾大部分的平原沃地，清代入遷之客族轉往山區開墾，山地和沙地適合花生生長，客家人在山邊種花生，就地取材，就拿來做糰。

製作步驟繁多時間長

今次做花生糰的地方在一村民家。由於做糰時間非常長，單是做餡料已要幾小時，何春喜已預先做好餡料。她說，花生糰餡料由三種材料混成，包括花生、白乾蔥頭及蝦米。花生原粒用鹽炒最少半小時，這時會有些少油分呈潤澤狀態，跟住篩走鹽分及去衣，之後攪碎。白乾蔥頭及蝦米分別攪碎，先炒蔥頭至乾身，再落蝦米炒香，熄火後加入花生攪勻，攤涼後捏成小橢圓長條。

十斤糯米大約浸泡一個多小時可以用來包糰，未包前加些油及鹽。幾名村民都沒有包糰經驗，「枕頭糰」質素參差，有些不夠飽滿，像睡了十多年的枕頭塌了一部分，有些則四角高低不平均，不過整體而言都呈枕頭形狀。大家最後包了73隻糰，煮四小時後開一些來吃，味道清香，食味不俗。

梅子林村在活化村落方面，成績明顯比榕樹凹村好，起碼已有水電，也有一間故事館，一些老屋正在復修。今次做糰的地方就在故事館及社區廚

房，日子是6月1日星期六。這天因掛起三號風球，由馬料水前往荔枝窩的船隻在早上宣布停航，原本觀摩活動的記者未能前往。而早已有禁區紙的村民及義工則順利從沙頭角租船往荔枝窩，再步行半小時到梅子林。

梅子林村主力做灰水糰

村長曾玉安表示，這天做糰很熱鬧，除了五名村民，其餘十多名義工大多是年輕人，他們都是首次在村參與糰子製作。梅子林村疫情前就開始做客家花生糰，五年來做過兩三次，今年想懷舊些，主力做灰水糰。該村做灰水糰已是上世紀八十年代前，村中未聞此糰之香已有四十多年。

做灰水糰的過程很花時間，箇中原因是製作灰水需時。曾玉安說，小時村落戶都做客家糰包括灰水糰。做灰水首先要斬柴，找一些鹼性植物如山稔、番石榴等，將枝葉斬下燒成灰，之後找一種叫水翁（又稱水榕）的樹，將其枝葉煲水，水會成黃色，跟着將灰倒落黃色水攪勻，用麵粉袋過濾出來的黃水就是灰水。買回來的糯米用灰水浸泡最少四小時，撈起後就可用糰葉及鹹水草（須預早浸、洗、焗）包紮。

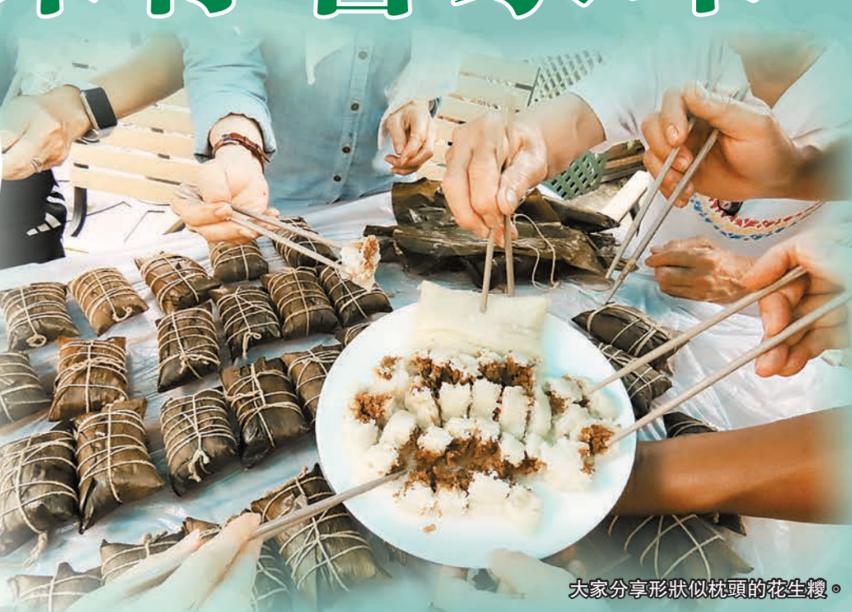
加入蘇木讓糰呈紫紅色

曾村長指製作灰水實在很花時間，一時間難成，所以這次做糰的灰水在深圳沙欄購買，大約買了三公升，將之浸泡六七斤糯米。而這次做糰為添好意頭，特別在糰中央部分加入小長方條形的蘇木，焗好後拔出木條，灰水糰中間部分呈現紫紅色，很漂亮，昔年外嫁客家女喜帶這糰回家拜年。此外，也搞新意思，加入南瓜條，竟有流心月餅效果，吃時甜而不膩。

十七八人大半天合力做出40隻灰水糰，另外也做了20隻花生糰，雖然數量不多，但客家手藝文化已植入了他們的心田，下一個端午會繼續傳承。



花生糰餡料由三種材料混成，包括花生、白乾蔥頭及蝦米。



大家分享形狀似枕頭的花生糰。



▲榕樹凹村民學習製作客家花生糰，左一為導師何春喜，左三為村長溫華聰。記者 鄭玉君攝



村民與義工在社區廚房齊心協力製作糰子。曾玉安提供圖片



▲梅子林故事館有爐灶可柴火焗灰水糰。

▶糯米浸泡灰水最少四小時才可以包紮。



梅子林村開別四十多年的灰水糰有點新意思，上方的加了蘇木，下方的加了南瓜條。

新·專欄



▲蟹糰雲子焗飯。作者提供圖片

400隻蜆 炮製一道禮雲子

風物雜談

蜆的故鄉是崇明島，由遼東半島到南方沿海各地如江蘇浙江、福建廣東及港澳台等地方都有其蹤影。珠江三角洲及廣州人稱鹹淡水間的小蟹，形厚殼硬而蟹壯者為蜆，也可叫蜆或磨蜆。蜆習慣橫行偶爾直行時則雙鉗合抱，一步一叩首像打恭作揖倒是趣怪故稱相手蟹，這也是蜆的學名。牠屬甲殼綱方蟹科，體型甲殼呈方形，個子細小如一元硬幣，蜆鑽洞能力強行動速度快，愛群居於淺灘泥穴，每當退潮後則聯群結隊在淺灘到處覓食已腐枝葉，有時晚上也會集體到水邊泥灘活動覓食。

侵食禾稻影響農民生計

香港境內約有三百種大大小小鹹淡水及淡水蟹。在後海灣、米埔、流浮山及南生圍等濕地常見的蜆有鎌刀束腰蟹及刺刺蟹，牠們與招潮蟹及彈塗魚於鹹淡水交匯之紅樹林泥沼灘生活。筆者拍攝到蜆群食蛇尾，與招潮蟹對峙衝突。很久以前元朗錦田是香港的魚米之鄉，到處水稻禾田，也有鹹淡水混雜的河口淺灘，故蜆數量驚人，牠們橫行無忌侵食禾稻枝葉吸取汁液，是稻米最大公害，嚴重影響農民生計，故農民於田間放養大量田鴨來啄食蜆來除害，當田鴨吃飽後，會下肥於田間成禾稻天然肥料，這是個一舉三得的環保循環系統，清除蜆外，鴨肥田又肥，故當年米農也是鴨農。

春天驚蟄後至清明前，是蜆交配後第一次的排卵期，農戶村民圍捕得蜆後，若以手取卵，會令手指多損傷，故用匙連卵帶肉一同挖出。在夏天蜆愛吃蘆葦葉或其他草葉，因此身帶草腥而無人食用。秋天收割時是蜆交配後第二次的排卵期，卵子還在母體時，農戶村民以手或匙取卵後不能久放但可生食，若加入少許鹽糖白酒蒸熟後才能保存耐些，那是美味奇鮮的禮雲子了，禮雲子此名來由，全因蜆拱手作揖猶如古人行禮，因此文人老饕以古文「禮雲禮雲，玉帛云

乎哉」等句取名禮雲，故蜆卵子雅稱禮雲子云云。

蜆醬蒸豬肉鮮美甘豐

農戶村民一般用禮雲子加豬肉粒來蒸水蛋或焗飯，又可加入柚皮、腐竹、豆腐及冬瓜等淡味食材作調味提鮮。冬天到蜆冬眠，農戶村民用鐵鏟在泥灘田埂，海邊河岸挖牠們出來捕捉，再用淡水放養一晚，讓牠們把泥吐出去除泥味，再清除尾部及肺部，之後加入烈酒、鹽糖、薑絲及果皮絲混和後，再搗研成鮮美的蜆醬，若不兼味腥則可以生醬拌麵飯來吃，或與肥瘦豬肉同蒸，據聞鮮美甘豐帶有異香可成一絕。

潮汕族群則喜愛用鹽及醬油醃漬整隻蜆來生吃佐膳，肉雖少據聞味佳有香味。據稱蜆可消炎解毒，以往新界農村藥物短缺，但兒童常常生瘡疥濕癬，家人以蜆膏塗於患處表面立刻止痕，咽喉腫痛則用蜆醬嗽洗咽喉並徐徐嚥下可以藥到病除。

上世紀三四十年代省港澳風氣掀起一片吃禮雲子的熱潮，那全因有粵劇泰斗之稱的薛覺先嗜吃禮雲子，牠既是美食又可提鮮而猶勝蝦子！蜆身小巧僅兩三厘米長，故體內藏卵不多，細如粉塵而變得矜貴，做一道精巧的禮雲子菜式動輒用上三四百隻蜆，薛覺先猶愛上湯蒸蛋白熟後再澆上雞肉粒及禮雲子，據聞蛋白入口鮮美嫩滑，當咬破禮雲子時會有微鹹而卜卜有聲，這道薛派名菜當年曾風靡一時。香港有名的陸羽茶室當年也曾創出禮雲子粉果及禮雲子燒賣，以上種種今已成絕唱。但數月前筆者於網絡上發現有沙田酒店推出禮雲子菜式，那是舊菜新做的禮雲子蝦米炒柚皮。現在最好的禮雲子是產於廣東番禺，但環境污染日趨嚴重，禮雲子可能會奇貨可居又或變得無人問津。



作者介紹

張浩林，早年修讀平面設計時，對字體及攝影產生濃厚興趣，畢業後從事雜誌設計工作多年，後轉職公營機構當攝影師。年幼時遷居漁港筲箕灣後，喜歡中國節慶習俗。公餘時除拍攝記錄外也撰寫投稿，先後有國泰航機雜誌 DISCOVERY、亞洲週刊、相機世界、明報周刊及明報等。



▲蔥花蜆粥。作者提供圖片



▶蜆又名相手蟹。