

精彩香港
第八期：美食之都 品味香港

[出：精彩香港總版頭-40 秒]

從南中國海邊的小漁村，
到領銜亞洲的國際都會，
從歷史風雲的波折變幻，
到中西文化的碰撞交融，
香港精神
深度訪談，
香港製造
全景展現，
用聲音 還原香港之美，
精彩香港：最香港，更精彩。

由四川人民廣播電台 FM92.5 天府之聲攜手香港特別行政區政府駐成都經濟貿易辦事處聯合呈現。

〔引言〕

國人的飲食文化由來已久，所謂“國以民為本，民以食為天”，華夏先民從茹毛飲血到燧人氏鑽木取火的石烹時代，從刀耕火種到八大菜系享譽全球，一飲一啄，早已不僅僅只有果腹功能，而作為文化自成體系，凡有井水炊烟，皆流布傳習。

故老常言：靠天吃飯，賴地穿衣。在土地之上，自然贈予人們種種賴以生存的食材與工具，往往一地的氣候、地理、物產決定著當地飲食文化的特點，而外來人口的遷入、科學技術的變革，又帶來全新的烹飪理念和生活習慣，從鼎、釜、甌到鍋、碗、瓢、盆，從柴火煤炭到燃氣電磁，在火與器的交相施作下，雙手與味蕾的交替運作下，五味色香雜陳調和，原子分子疊加重組，使得飲食文化生生不息。也正是這種傳承與變化，成就了香港美食的獨特風味。

[出：片花—30 秒]

每一種食材都自有其來歷，
無論山珍海錯，
還是魚丸粗面。
美食，不只是滿足口腹之欲，
更是一種文化，一種傳承，
酸甜苦辣，
講述著時代的變遷。

四川人民廣播電台 FM92.5 天府之聲攜手香港特別行政區政府駐成都經濟

貿易辦事處聯合呈現：精彩香港第八期，美食之都，品味香港。

說香港是美食之都，并非溢美之詞，僅 1100 平方公里的彈丸之地，酒肆食府、中西餐飲竟超過了 11000 家，其密度可見一斑，也足以讓人領略到港人對美食的情有獨鍾。而菜式之多樣，口味之多變，更讓人眼花繚亂。在香港的華人社區內，大多保留了本民族傳統飲食的特色，以廣府菜、客家菜、潮州菜為主打，盆菜是新界原住民在節日時的傳統菜，比鄰的南中國海帶來了數不盡的海產資源，當它們被端上餐桌，您即可在西貢、南丫島、流浮山和鯉魚門這些海鮮集中的區域大快朵頤。傳統食肆則可到古漁村如長洲和大澳裏尋找。

國際都會的背景，中西文化的融合，賦予了香港更開闊的視野和更包容的心態，信步徜徉在銅鑼灣、九龍城、蘭桂坊、尖沙咀、跑馬地，日、韓、臺灣、越南、泰、印度等地的餐廳鱗次櫛比，俄羅斯菜、越南菜、英國菜、美國菜、法國菜、瑞士菜、德國菜、意大利菜屢見不鮮，難怪有人說，只有你想不到的，而沒有在香港吃不到的。

[出：百樂潮州菜館香鎮剛先生採訪]

我叫 Ken，我姓香。

我是一個土生土長的香港人，在成都已經三年多了。

香先生是地地道道的香港人，目前在成都參與經營著一家高檔潮州菜館。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

香港的餐飲行業就是很大眾化，真的是，我一個星期七天會吃不同的菜。今天吃中餐，明天就可能吃法國菜，後天吃日本菜，因為太豐富了。

來成都之前，他一直在香港負責餐廳的推廣與開拓工作，已經有超過十年的從業經歷，可以說對香港的美食了如指掌。香先生所經營的潮州菜，是香港飲食菜品中很重要的一個構成。它發源於廣東潮汕地區，屬粵菜菜系，食材多以海鮮為主。有趣的是，從香先生口中我們得知，潮州菜既可以做的很高端，無論從刀功、火候和色形，都是粵菜中烹製比較精緻的一支。也可以進入尋常百姓家，在街邊的大排檔中出現。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

我們潮州菜一般有十個名菜，有高端的，有低端的。

可以便宜到一百幾十塊錢，也可以貴到一兩千塊錢才可以吃得到。

好像我們有一個菜叫凍紅蟹，其實就是最簡單，拿去蒸，蒸熟之後就馬上放冰箱裏面，按那個蟹的大小就冰一個小時、兩個小時，拿出來就可以吃到那個蟹本來的鮮味。

當然，來到香港的潮州菜也有所改良，以符合當地人的飲食習慣，而這些改良的菜品因為選用了更為精良的食材，烹製出獨特的口味，也成為更新菜系的新品。比如川椒鷄球，潮州菜原本沒有這道菜式，是潮州的師傅來到香港研發而製成的，採用了廣東非常有名的清遠雞，成為香港人眼中比較典型的新派潮州菜品。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

其實香港做的潮州菜和潮州做的潮州菜大部分相同，只不過是在調味上面還會再改良一下。

香港是一個很國際化的城市，不止在國內拿原材料，也可以在世界各地去拿原材料。

但是那個風味還是不會變，還是潮州菜，只不過味道上面會提升一點。

如同火鍋店代表著四川飲食文化，茶餐廳就是香港飲食的招牌，也許只有在香港這樣一個中西共融的地方，才會有茶餐廳這樣獨特的存在。

早年香港只有高級餐廳才會提供正餐及西式食物，而且價格不菲，二戰之後香港的西式飲食潮流越發盛行，而嚴苛的衛生條例以及政府不再向公眾發出有關的經營牌照，很多在室外的大排檔向室內轉移，靠以菠蘿冰、雜果冰和紅豆冰等招攬顧客，這就是茶餐廳的前身“冰室”。

誰也說不清香港正統意義的第一家茶餐廳開在哪裏，但它陪伴香港成長，是很多老港人的記憶，也是現代港人平日最快捷也最經常出入的餐飲去處。茶餐廳主要提供方便麵、雲吞麵、米粉、煎蛋、糰子和粥等廉價食物，部分大型茶餐廳會供應炒粉麵，如干炒牛河、福建炒飯、星洲炒米，兼營燒臘。早餐方面，則供應牛油麵包、多士、雞蛋、香腸、咖啡、奶茶等。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

其實他做什麼 A 餐、B 餐、早餐、午餐，都是很簡單的。早餐的意思就是說一個煎雞蛋、三文治，然後就一個火腿方便麵，然後一杯飲料，這就是我們說的一個早餐。

就好像你們聽香港的那個卡通麥兜，他不是有一個說“我要 A 餐、我要特餐”什麼的，其實就是這些餐，在香港來說差不多所有茶餐廳都有。

香先生給我們談起茶餐廳時聲情并茂，他在香港吃了三十多年，可以說是生活的一部分。他特別提到在食物之外，茶餐廳最吸引他的其實是另一種味道：“人情味”。雖然自己也做著餐飲行業，但每次回到香港的家裏，他都要去樓下的茶餐廳用餐。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

因為在香港生活了三十多年，我從小吃到大的那個餐廳老闆就是，好像說，

我這幾年在成都很少回去，但是他一看就認得出你：“哇，很久沒見你了”，這就是我們說的人情味。

這是一個地道港人對茶餐廳的感情，那麼茶餐廳的經營者又有著怎樣的理解呢？

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

我的名字叫做何達仁，我的祖籍就是廣東的佛山。我在餐廳已經做了有二十多年了，在 2000 年的時候，我就進入香港的翠華茶餐廳當總經理，然後，2006 年的時候，我就開我第一家餐廳。

何先生提到的翠華茶餐廳，可以說是香港茶餐廳的活標本，1967 年時它還只是開在旺角甘霖街的一家小小冰室，如今已成為香港首家上市的茶餐廳。很多回憶香港的老照片裏，都可以看到這家老店的身影。

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

茶餐廳在香港的租金很貴，然後地方很小，但是它的品種有很多，部門很多，所以廚房的工作空間很小，但是它們的出品呢，必須要很快，所以它跟其他餐廳的分別就是，雖然很小，但是麻雀雖小五臟俱全。

何先生接觸過很多菜系，法國菜、日本菜、南非菜和粵菜等對他來說都是駕輕就熟。他喜歡結交新朋友，也喜歡創新菜式，他說當一個新菜品被客人接受時，那種成就感非常棒。他也談及了在香港和成都做茶餐廳的不同感受。

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

早餐在我們香港來說也是一個習慣吧，可能是早上七點就去茶餐廳吃一個早餐，然後就上班了，所以那段時間從七點鐘到九點鐘之間，可能我們的茶餐廳很小，大概三百個平方吧，但是你就要做幾百人的早餐。還有香港做茶餐廳呢其實我們很多地方都可以營業 24 個小時的，但是在成都做茶餐廳呢，最多客流量就是午餐和晚餐，香港的茶餐廳由早餐、午餐，有下午茶，有晚餐和夜宵這五個時段。但是在這邊，很多做早餐的客流量不大，下午茶也很少只能做午餐晚餐跟夜宵，這就是香港跟成都的分別。

那麼同樣是料理食材，茶餐廳有著何種獨到之處呢？用何先生的話講，就是“快、靚、正”。“快”當然指速度快，在香港這樣節奏匆忙的都市，多數人的午休時間短暫而緊張，如果菜上得慢，可能吃完時就已經遲到了；“靚”是賣相好，不只好吃，還要好看，色香味俱全；“正”代表著正宗，口味地道，不可偷工減料。“快、靚、正”是香港茶餐廳的標準，也可以說它的根底，就是香港人的精神底色。

茶在香港人的生活中扮演了重要的角色。香港政府在今年六月十七日公布了香港首份非物質文化遺產清單，涵蓋 480 個項目，茶餐廳的“港式奶茶”也榜上有名。一杯好的港式奶茶除了講究原料和配方，還要依靠沖茶師傅的獨特手藝，包括水溫的掌握，煮茶的火候，茶葉的比例等，所以每一家茶餐廳的奶茶味道都是獨一無二的。根據非官方的統計數字，香港有超過 6500 家茶餐廳，每年飲用大約 10 億杯奶茶，帶來的經濟效益超過 100 億港元。

在港人的語境中，“飲茶”代表的含義豐富而多樣，它既是一種餐飲方式，更是一種生活方式。

百多年來，港島上街頭巷尾的酒樓借著晨光推開大門，最早的一批茶客挾著當天的報紙走進來，一壺茶兩碟點心：一盅兩件，一坐就是幾個小時，香港的一天便從這裏開始。夥計操持著茶壺，穿行於數十個乃至上百個台面椅座間，人來人往滾水靚茶，嘈雜裏眼觀六路耳聽八方，與一干茶客配合得默契無間，茶壺蓋略揭開一條縫，壺水早已相候多時了。茶陣要擺到下午才散，酒樓清靜不一刻，又要張羅晚宴宵夜。

香港地窄人稠，所住居室多逼仄狹小。每逢節假日，飲茶的酒樓便成為公共客廳，又好像大學校園裏的自習課堂，清晨便有來“霸位者”，隨後一家老小收拾停當尾隨而至，大人們看報聊天，小孩子笑鬧著游戲，幾位阿婆推著裝有食物的小車，車上有牌子寫著點心名字，不時還要喊上一聲“韭菜餃，燒賣”，客人有看中的點心，便送上飲茶單，由阿婆蓋上一小戳，放下一籠蝦餃、鳳爪或者豉椒排骨。就在這茶水美食的氤氳蒸騰中，無數的故事上演、落幕，編織出一幕幕人間烟火。

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

就是燒鵝，我非常喜歡燒鵝。

因為叉燒呢，我們從小在香港就已經吃了，就是一種懷念。因為家裏一般，如果家裏過節的時候啊，我們的爸爸就會在外邊買點燒鵝、叉燒啊回來加菜的，所以我們從小對叉燒就有一種懷念。

每個人對於食物的最初記憶，相信都與家庭有關，我們要求何先生推薦一道他最喜歡的香港美食，他給了我們如此的答案。

人是很奇怪的，尤其是對於那些遠離家鄉、在外漂泊的游子。相信很多人都有挑剔的時候，曾經對父母端上來熱騰騰的飯菜嗤之以鼻，而離開家之後，那些我們原本最不屑一顧的飯菜，反倒成了心心念念、求之不得的美味，尤其和別人描述起來頭頭是道，有些原本已經遺忘的細節都歷歷在目，仿佛就在手邊。何先生說起他最喜歡的紅豆冰和雲吞面時即是如此。

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

紅豆冰就是我們小孩兒時候最喜歡喝的其中的一個飲料。它是這樣子的，把一些紅豆悶到非常軟，非常綿，然後就加一點紅糖進去煮，煮好了之後加牛奶進去，還有一點碎冰，然後喝進嘴裏就有牛奶的味道，然後嘴巴咬的那個紅豆是非常綿、非常滑。

（墊樂）

還有一種就是雲吞面，雲吞面它可以代表香港很多，很久的歷史了，雲吞面就是用新鮮的蝦仁和新鮮的豬肉，搓成一粒粒，然後裏面還加了一些調味料，包括大地魚的粉末，“大地”是大小的大，地球的地，把大地魚烤香，然後壓成一個粉狀後混在雲吞裏邊。然後它的湯底是用豬骨大骨燉的，一些鷄，豬的骨頭啊，用來熬湯，還有加點蝦皮，是一個很濃郁的，很鮮的湯，再配上我們的廣東碱水面，一個很細的一種麵條，但是它很脆。所以做一碗很好吃的雲吞面，工序是很多的。

（墊樂）

在中國人的餐桌上，長久以來形成的生活哲學貫穿其中，講求天人合一，中國人可以說是最注重飲食養生的一個民族之一，食材當以應季產物為上，春夏秋冬，各有不同的滋養方式。香港臨海，屬亞熱帶季風氣候，四季雖不像北方那麼分明，却也有根植於中華飲食文化中獨特的四季飲食。

[出：露絲餐廳老闆何達仁採訪]

香港基本上春季和夏季很接近的，比如香港的菜心，芥蘭還有瓜類，我們夏天一般吃清淡些，用海鮮配上，如果有蝦仁啊，蟹肉啊，用來燉冬瓜盅，冬瓜盅就是把冬瓜切成一半，把裏面的瓢挖出來之後做成盅，然後放鷄湯、一些海鮮，還有一些冬菇啊，竹筍，一些蝦仁啊螃蟹肉啊，在裏面燉，在夏天的話是非常鮮美非常清淡，又解暑的那種。

在清代名醫葉天士的《本草再新》中記載，冬瓜性寒，“除心火，瀉脾火”，最宜夏天食用。

在成都經營著一家私房菜館的顏震東先生，則向我們推薦了冬天的滋補飲食。

[出：顏震東先生訪談]

秋冬會比較滋補一點，就可以用到羊肉啊，會用一些紅棗啊，圓肉啊，龍眼肉啊，這一類食材比較暖身的。

煲湯的羊，廣東通常用那種叫黑草羊，燉羊肉湯，還可以加一些比較滋補的食材。

私房菜的起源可追溯到清末光緒年間的譚家菜，二十多年前興盛於香港，又傳入內地。顏先生最早做的是進口葡萄酒事業，餐飲不分家，加之他又在國外學習過西餐廚藝，做菜更是興趣所在，因此便有了這間 Gary 廚房。

[出：顏震東先生訪談]

私房菜就是說你自己懂得，自己做得好，可以去分享的那些菜，都可以在私房菜裏去做。比如說我以後會加一些日餐的原素啊，廣東餐的原素我都會加進去，因為我自己是香港人嘛。

在香港，私房菜多以懷舊主題為主，把一些老式粵菜改良加工，推陳出新。在經濟全球化的包裹挾下，人們更多追求的是投入產出比，作為世界金融中心之一的香港更是如此。很多老式經典菜肴做起來却費工費力，食材却偏偏普通多見，賣不上好價格，因而被大多數餐飲企業所拋棄，只有在一些道地私房菜館才能享用得到。

[出：顏震東先生訪談]

那個叫做焗生蚝，用一種叫做 port wine，像葡萄酒一樣的這種酒，然後用生蚝打了以後，然後再加醬汁去做。那個看起來是一個很西餐的菜，但是一個很傳統，在可能六十年代七十年代在香港的宴席上，肯定會見到的一道菜。

（墊樂）

有一個我沒有記錯的話，應該是叫金錢雞。它是有雞肉，有火腿，有雞肝，然後做一個菜，也是以前一些酒樓比較有特色的一種菜，現在一般的酒樓都沒有，只有在私房菜或者是一兩家比較老實的酒樓才有。

私房菜菜品的點睛之筆往往在於一個“私”字，不從眾流俗、自成一格，吃的是主廚的匠心與情懷，它不會有工業化的中央廚房統一配送，不會有千篇一律的程式化菜單，如同茶具中的柴燒杯，每一品都獨一無二，主廚通過味道調和、薪火拿捏，把私人世界觀以菜品的方式表達給食客，氣味相投者自然惺惺相惜，從某個側面來講，這是自我認知與分享的過程。

[出：顏震東先生訪談]

你很專心的做一件事情的時候，就不會想其他的事情。你很專注，就可以放鬆，其他煩惱先可以不想，就專心做你的菜。其實這個過程很多人可能會看書啊，或者是做運動啊，或者玩音樂，我選的是烹飪。

（墊樂）

喜歡做菜的人一定是一個喜歡分享的人，所以說他最開心最滿足的事情，就是朋友吃了覺得很好吃，那種感覺是最好的。

和很多香港人一樣，顏先生不僅有樂於分享的精神，也有對於某一理念的堅持。他說雖然成都是個嗜辣的城市，但他不會在自己的牛排上加入辣椒，只能在自己接受的範圍內調味，否則就失去了私房菜的本來面目。

香港人的娛樂精神深入人心，而敬業精神更是聞名於世，在美食的創作上尤其如此。對於廚具的挑剔，保持原始的製作方法，食材要挑最野最自然的，老火靚湯要用最粗最慢的砂鍋，一煲就是一天。

潘兵經理受雇於茶餐廳的何先生，與其一起經營著成都的餐飲事業，他是四川人，兜兜轉轉的進入到茶餐廳這個行業，如今已是其中的資深老手。或許是從業日久，或許是被那種精神感召，潘兵經理非常認可港人這種一絲不苟的敬業。

[出：潘兵先生訪談]

我從 16 歲到現在 28 歲，基本上中間就只斷隔一年。

對，差不多有 12 年了。

我剛開始從事茶餐廳時，就覺得燉湯比較好，廣東人喜歡喝湯，燉成一盅的，不管是花旗參跟烏雞，或是木瓜燉雪蛤，這些都是非常養生的。

（墊樂）

對，一定要有堅持，首先我們要把原材料還有服務水平堅守住。在餐飲行業來說，出品就相當於一個生命，服務就相當於精神。有生命有精神，才能够活的更長久。

（墊樂）

我已經在這 12 年的時間裏習慣了，每天都是這樣，每天這個時間來上班，每天那個時候下班，每天都需要我們在高峯時期做些什麼，我覺得這已經對我生活形成了一種非常好的習慣。

關於堅守，潮州菜館的香先生還給我們講了這樣一個故事。他曾經聽說跑馬地的一家小飯館味道很正宗，但老闆娘很凶，朋友並不建議他去，最後作為一個老饕還是沒受住美食的誘惑，加之對這個“凶”的程度好奇，還是決定前往一探究竟。

[出：百樂潮州菜館香先生採訪]

去了之後真的見識到那個老闆娘有多凶。

我就跟老闆娘說我要多一點醬，她就說不給，我說加錢都不給？她說不給。然後我就覺得她特別凶，但是她做出來那個腸粉真的特別好吃。

（墊樂）

後來熟了之後才了解到，她說這個腸粉，就是配這麼多醬，配的多它就失

去它的味道了：“我的出品就是配這麼多醬才好吃，你拿多了我就不賣給你了。”

對於自然界，五千年只不過彈指一瞬，而在人類歷史中，却是漫長悠遠的歲月，足以讓形而上的哲學在飲食烟火中沉澱。世界隨時在變，惟一不變的就是變化本身。流水不腐，戶樞不蠹，常變常新，但變化又有規律可循的。在香先生的理解中，香港美食的特點就是“變化”，來自世界各地的食材調味任意組合，烹製出各種新鮮口感，然而他最愛吃的仍是媽媽煮的湯。變的是形制，不變的是用心。

〔出：下期預告〕

這裏曾是電影的代名詞，
一顆顆巨星從這裏走向世界，
一部部經典在這裏完美誕生，
造就了世界影史的奇迹，
讓無數人爲之魂牽夢繞。
在這裏，電影是工業，更是情懷。
2014年8月25日同一時段，
精彩香港第九期，
光影香港，
最香港，更精彩，
敬請鎖定 FM92.5 天府之聲。