

# 陽澄湖大閘蟹 打正品牌 重建信心

秋天到，又是品嚐大閘蟹的季節。目前香港人食到的大閘蟹來自十多個地方，近到廣東，遠至荷蘭都有。據大廚師說，以陽澄湖、太湖、牧牛湖的大閘蟹最多港人食，不同地區養殖的大閘蟹品質自然會參差不齊，任何一種產品都應該有精品，打造品牌是不少大閘蟹產地的野心，作為最為人熟悉的陽澄湖大閘蟹產地蘇州市政府今年就決意樹立起「陽澄湖牌大閘蟹」的招牌。

文、攝：秀秀



陳國強



蟹有水質監控中心



養船夫進入養殖基地餵飼

根據過去數據顯示：2012年陽澄湖大閘蟹的產量只有約2,300噸，掛着「陽澄湖大閘蟹」之名而售出的大閘蟹，卻高達20多萬噸！即是說100隻「陽澄湖大閘蟹」才有一隻是真真正正來自陽澄湖，所以蘇州市政府今年決意整頓市面假貨，在6月為「陽澄湖牌」進行商標註冊，統一由蘇州市陽澄湖大閘蟹集團（國企）負責陽澄湖大閘蟹的銷售，統一品牌和出口渠道，方便監管。集團還加入了多重防偽特徵：「雙戒指設計」：其中一隻蟹殼戴上「原產地標識」防偽戒指，另一隻蟹殼則戴上出口防偽戒指；產品禮盒貼上由國家農業部發出的「水產品質量追溯認證」。

這意味着廣大蟹癡只需到專門店及其指定分銷商購買，便能食到來自陽澄湖的「青背白肚，金爪黃毛」的正貨。香港區的獨家銷售商是元加治飲食有限公司，他們保證公司賣的大閘蟹100%來自陽澄湖，而且不含激素。查詢資料可上香港官網：www.yangchenghupai.com.hk、熱線電話：28169118。

蘇州市政府表明絕非要獨攬市場，只是有鑑過去太多亂象，希望重建海內外人士對食陽澄湖大閘蟹的信心，給願意買高質產品的人有得選擇；正如市場上有許多時裝款式，總有客人希望有高品質名牌滿足他們的需求。

本港一星米芝蓮餐廳東來順總廚——陳國強師傅十月初專程來到蘇州陽澄湖，實地視察陽澄湖牌大閘蟹的出產地及養殖場設施，品嚐大閘蟹後，認為信得過，於是選了陽澄湖牌大閘蟹作為他們的大閘蟹主要供應商，並以新鮮陽澄湖大閘蟹為主要材料，炮製出「陽澄湖牌大閘蟹·湖八鮮宴」，「湖八鮮宴」包括多款蟹肉為主題菜式，還有雪菜菱角酥、養生甲魚燉花膠湯、清蒸鱈魚等多款選用了湖八鮮作材料的菜式，將會供應至十二月底。



陳國強師傅示範烹調白雪金蟹粉。



龍井煙燻蛋



雪菜菱角酥



蘇州陽澄湖大閘蟹



由湖養殖場打撈上來的蟹經工人按重量，初步分公母性別後運到配載中心，放入水池中一日一夜，「清肺」吐乾泥土後就被按訂單包裝付運。



工人分蟹



當地人吃蟹後，可將之變為蝴蝶形。



## 「湖八鮮宴」蟹味無窮

■鶴湖蟹影——是陳國強師傅於2006年「美食之最大賞」（炒菜組）獲得至高榮譽金獎的得獎菜式。賣相充滿意境，用蟹粉和香芋做成，集香脆、鮮甜、惹味於一身；今年選用了陽澄湖牌大閘蟹作材料，更相得益彰。

■蟹粉姿毛團——炒香了的蟹粉，搓成小圓球，外裹以糯米蒸；入口黏糯之餘充滿蟹粉鮮香。

■白雪金蟹粉——大閘蟹拆肉加入蛋白同蒸，再加上蟹粉，入口清甜細滑。

■蟹粉菠蘿飽——亦是陳國強師傅特別為「陽澄湖牌大閘蟹·湖八鮮宴」特別設計的菜式，以蟹粉作菠蘿飽的餡料，中西合璧，甚有驚喜。

■清蒸陽澄湖大閘蟹，肉質較清甜。據知，農曆九月時，吃雌蟹，如想吃雄蟹則吃爪較好，因為九月時雄蟹的爪較肥大肉。

## 健康品蟹小貼士

在這個品嚐大閘蟹的季節裡，大家當然會想品嚐美味的大閘蟹，同時留意品蟹時需注意的健康要訣，首先，死蟹、隔夜蟹當然不要吃，且大閘蟹的胃、腸、腮、心也不能吃，這點相信喜歡吃蟹的人都會知道。最近，筆者發現原來吃蟹不可同食柿子、花生、冷飲、茶等，吃蟹時和吃蟹後一小時內忌飲茶水，因為開水會沖淡胃酸，茶會使蟹的某些成分凝固，不利於消化吸收；柿子中的鞣酸等成分會使蟹中的肉蛋白凝固，可能引發嘔吐、腹痛、腹瀉等反應；花生仁脂肪含量高達40%，油膩之物與冷厲的蟹同吃，容易導致腹瀉；冷飲等屬寒涼之物，使腸胃降低消化功能，與蟹同吃，極易腹瀉。

文：雨文



文、圖：秀秀

蓮花島上，居民依村內小河畔而居，充滿江南水鄉風情。

## 大閘蟹故鄉陽澄湖蓮花島

陽澄湖位於蘇州市區的東北，分西湖、東湖。陽澄湖鎮坐落在廣闊浩瀚的陽澄湖中，把陽澄湖分成東、中、西湖，更有二個半島包括主島和蓮花島，呈美人腿插入其湖中，形成一條亮麗的風景線。主島當然多人居住繁華些，蓮花島面積約3平方千米，四面臨湖，形似一朵盛開的蓮花鑲嵌在湖中，因此得名「蓮花島」。

島上住着200多戶人家，沒有汽車，居民一般靠雙腳走路。平時出行就用小汽艇，家家戶戶都有好幾條船，小船、掛漿船、汽艇。村民大都依村內一條小河畔而居，門前的私人碼頭停泊了小船、汽艇，配襯着特色建築，江南水鄉味仍在。食大閘蟹前後可以在島上漫步遊覽，欣賞一下島邊環繞的荷塘綠柳、風車陣，展示水鄉風情的園博博物館、水牛車、臨湖木棧垂釣，可感受其原生態休閒風情。

蓮花島周圍屬陽澄湖水域，湖中水草豐茂，盛產桂魚、甲魚、白魚、鱧魚、清水蝦、大閘蟹為「湖中六寶」。特別是陽澄湖活水較好，水體清澈，含鈣、鎂、硅、鋁比值高，湖底底質硬利蟹爬，水草特別茂盛可做蟹食料，造就了陽澄湖大閘蟹與眾不同的四大特點：青背，陽澄湖蟹殼成青灰色，平滑而有光澤；白肚，貼泥的臍腹，晶瑩潔白；黃毛；金爪，因爬行多，蟹爪會堅挺有力，放在玻璃上能八足挺立，雙螯騰空，故被稱為大閘蟹之故鄉。蓮花島的老百姓靠水吃水，以湖為生，多以養殖大閘蟹兼蟹莊為業，蟹農都自產自銷、物美正宗。

依靠湖光水色的優勢，鄉土人情的風貌，蓮花島深得城裡人的厚愛，每到吃蟹的季節，滬、浙兩地的人都往島上去品蟹，絡繹不絕；遊客愈來愈多，令蟹莊也愈來愈多，一些有規模的蟹莊更設有汽艇接送客人從蓮花島回鎮上。當你坐在湖邊品嚐美味大閘蟹，賞一派湖光水色，不禁要拾古人牙慧，請看「未識陽澄愧對日，不食螃蟹辜負腹」，暫時忘掉膽固醇的憂慮，食多幾隻。



於蓮花島的湖邊餐廳吃大閘蟹特別有風味。

島上居民售賣自己捕捉的蟹。

勞斯本身是學油畫畢業的，曾任職電視台美術部管理層，亦愛好鑽研玄學風水、形象包裝，由於經常幫助朋友化解疑難雜症，漸漸累積了一定的戰績，如今請他在不同大家分享，大家可透過真實事例，學到一些簡單風水常識。

yukkongsir@yahoo.com.hk

生命線自木底底、環繞金星且止於手腕，反映人的身體狀況、病難與否、突發性及壽命的長短。如線深長沒有高紋影響，主健康良好，生命力旺盛……記得幾年前與一班朋友飯局，席間有朋友遞過手來問運程。這是位相識廿幾年的老朋友，對他各方面的情況很清楚。不過還是照樣手掌反覆覆問。無意間發現水星丘對上，尾指底節的婚姻線出現一條下垂的叉紋。這是感情破裂或婚姻離異的跡象。但面前這對夫婦是典型的恩愛夫妻。他們對我的判斷顯得驚訝，但很快便承認，九十年代初為了移民加拿大與父母團聚，當時只有未婚子女才有資格移民與家人團聚，妻子迫於無奈辦了離婚手續，與丈夫分開，遠赴彼邦一坐移民監「數年」。大家嘩然，手掌藏匿人生密碼原來是真的。文：勞斯

### 話說風水

## 手掌有乾坤

每次參加親朋戚友的喜宴或聚會，都有人遞過手掌，請求「贈兩句」。一般情況下我都會「一句起兩句」。因為為術數、面相或手相的推斷需要經過一個嚴謹的運算過程。於嘈雜環境急急就章，準確度會打折。手相是透過掌的形狀、紋理、氣色等特徵來探測人生運程的學問。很多人以為看手相就是看掌紋。其實掌型、掌丘、手指節同樣重要。掌肉之軟硬、色澤、指甲及皮膚……

### 健康品蟹小貼士

在這個品嚐大閘蟹的季節裡，大家當然會想品嚐美味的大閘蟹，同時留意品蟹時需注意的健康要訣，首先，死蟹、隔夜蟹當然不要吃，且大閘蟹的胃、腸、腮、心也不能吃，這點相信喜歡吃蟹的人都會知道。最近，筆者發現原來吃蟹不可同食柿子、花生、冷飲、茶等，吃蟹時和吃蟹後一小時內忌飲茶水，因為開水會沖淡胃酸，茶會使蟹的某些成分凝固，不利於消化吸收；柿子中的鞣酸等成分會使蟹中的肉蛋白凝固，可能引發嘔吐、腹痛、腹瀉等反應；花生仁脂肪含量高達40%，油膩之物與冷厲的蟹同吃，容易導致腹瀉；冷飲等屬寒涼之物，使腸胃降低消化功能，與蟹同吃，極易腹瀉。

文：雨文

### 生肖

這周得到財神爺眷顧，財運亨通，投資生意皆無往而不利，吉星貴人照耀，吉祥之象。

煩惱多事之秋之象，奔波勞碌，吃力不討好及心情煩躁，切記以靜制動，勿衝動！

新人事、新作風，萬事皆在變動當中，勿意氣用事，凡事應以合作行先！

樣樣事皆胸有成竹，大旺事業財富，如有計劃者，不妨大膽出擊！

人緣桃花強勁，單身的的朋友不妨留意身邊的機會來臨，勿失良機，大有機會找段好姻緣。

運勢轉慢，不宜急進，應以長遠目標為主，勿因一時之氣，而後悔莫及！

多計劃、多思考之象，從事創作策劃人士大旺，其他則平平。

大吃大喝之卦，沒有煩事，各運程得以發展。惟留意伴侶的訴求。

財富之象，宜小投資及買賣，皆可望有不俗的斬獲，可以好好把握良機。

這周特別要注意身體上的健康問題，要多休息、多調理身子，皆因你並不是鐵人，多加注意手腳問題。

日捱夜捱，終於捱出病來，這星期還是多作休息吧，要學習固本培元。

大旺女貴人，不妨考慮與女性朋友合作等事宜，或多親近女性貴人，會有不親的效果。

### 塔羅星座

各方面皆得到很好的平衡，若果再在平穩中加多些努力，那就更加完美了。

女皇牌顯示了財富的豐收，早前進行中的難題，一一給你的毅力所征服。

若果真的遇上難事，千萬不要收藏心裡，要坦白說出來，會有人助你渡過難關的。

開始思考近來的方向，問題是在於自己心中所好，千萬不要錯悔當初，時光是留不住的。

大膽、任性、頑皮是今個星期的性格，不要看小自己的破壞力量，星星之火可以燎原。

抽到力量牌，是提示你今周要量力而為，以靜制動，不宜主動出擊，宜留守待發。

今周魔鬼牌纏身，小心合約條文，勿亂簽文件，以免誤交損友。

病向淺中醫，縱使係鐵人也需要休息的，要保持良好的身心才能繼續發光發熱。

鬥氣、鬥氣、鬥氣是今星期經常發生的，雖然無傷大雅，但也會令你身心勞累的。

有強烈的旅遊運，不妨多外出旅行走走，吸收大自然的空氣，對運程很有幫助。

工作壓力頗大，工作量還不斷增加，令你有點吃不消，上司同時還對你施壓，令你進退兩難。

你說什麼話，愛侶都一一認同，甚至盲目追隨。都話愛情是盲目，沒有理由的。