

翠袖乾坤

連盈慧

很多朋友喜歡自製年糕，也有些朋友愛吃柚皮，這篇文章，不妨參考一下，看看大家對年糕和柚皮的製法有什麼不同。

不一樣的年糕和柚皮

通常傳統做法，大紅年糕，材料慣常取用粘米糯米粉紅蔗糖為主。為了改變口感，我家廚師則起了個小革命，除了保留可以養顏的紅糖，卻捨棄了粘米二粉；改用五成三地瓜（番薯）粉配五分三鷹粟粉，然後加入兩茶匙玉桂粉，盛在直徑六吋糕盆裏攪勻隔水而蒸。水的份量最為重要，以濃度近似豆漿一般便可，如同粘米粉一樣，切忌過濃，否則蒸出來的不是糕，是硬磚頭，沒鑲過鋼牙就咬不入。地瓜粉製出來的年糕，晶瑩平滑，加以玉桂散發那股清香，就是別有一番風味，不喜歡玉桂，則作別論，但是玉桂的營養價值說之不盡，近年專家研究過，說玉桂有助降低血糖、膽固醇與三酸甘油酯功效，有專家說得更神奇，還說玉桂溶入咖啡能防百病，每日一點點，醫生難賺錢，不再提什麼一日一蘋果了，信他一半已得益不淺，光是有助消除過年期間飲食吸取過量熱能，就已值得擁有將軍肚的男士和醉心纖體的女士視為仙方了。

對於蒸糕時間，也不必過於費神，最理想是睡前放在真空煲（老牌子厚鋼那一款，薄身平價者不用用。）隔水先行蒸熱十五分鐘，蓋好，明天一早起來，平滑如滿月的年糕自然出現眼前。不可不知，這製成品連油都沒用過一滴。

至於柚皮，我家廚神秘訣是開剝大柚前徹底切去皮青，削皮後切青就事半功倍了；去青柚皮切成小塊，冷水浸透大力搥乾，三浸三搥後去清澀味，沸水煮十分鐘冷卻後再搥乾便可備用。

臘鴨腿余水後切成小塊鋪在柚皮上面，以雞湯浸透柚皮，飯面上蒸熟便可下箸，柚皮夠厚夠軟，帶有綿糯口感，飯勝蝦子，喜愛清淡，吃過便嫌後者味道惡濁。當然，主題是臘鴨必須清香淡口。

琴台聚

孫浩浩

這個月以來都以繼夜，夜以繼日，又再日以繼夜地不停改稿，其實手上這個劇只得十三集，跟以往慣常開拍的二十集，足足減少了三分之二，照理應該輕鬆得多，而且這次的題材頗新，暫時應該沒有港劇寫這類類故事，包裝手法在美觀較為多見，港劇則較少採用，至於演員也不會熱口熟面，雖然或許會有人嫌不夠知名度，但有時熱口熟面跟知名度兩者之間，是需要作出取舍的，希望觀眾能有些耳目一新的感覺。

改稿、改稿再改稿

說得輕鬆，但改起稿一點也不容易，因為對劇本的要求每一天都在提升，尤其是剛過去的大半年，我們經歷過美劇 workshop、艱辛的 onward bound、發牌事件，心情大起大跌，又近距離跟市民接觸，聽到市民的心聲和要求，繼而宣布發展流動電視，大家對劇本的要求跟以前都起了很大變化。這個劇的分場其實早在發牌事件之前就已完成，但在發牌事件後，跟總導演商議，希望能做得更好，於是把原有的十五集分場，重新整理，濃縮為十三集，頭兩集劇本原本已改好了的，但在宣布發展流動電視之後，重新檢視劇本，覺得不夠理想，於是又再改動。

有些情節即使沒有大改動，但在對白上都不停修正，希望不會再出現「唔係人講的對白」，更加不容許有那些「世界性」的對白。何謂「世界性」對白？舉例一場分手戲，可以隨時把劇本上角色的名字換成了另一套劇的角色，都一樣可行的，可以把整場戲搬到另一個劇去照做，簡直世界通行，但可行不代表好。每套戲的角色設定、性格、遭遇都不同，不應該一百個人都可以講出同一句對白，所以即使不同戲都有這類分手場面，所寫出來的對白都應該是獨一無二，不可能用在其他戲裡面。

海闊天空

蘇狄嘉

臨時決定在台北多留一天，為的是要看一個畫展。在台北機場看到《印象·經典：莫內》的宣傳海報，瞬間做了一個決定，一個正確的英明決定。莫內的畫，看過多遍，在巴黎，在日本，有綜合畫展，也有個人展，更曾親身拜訪在法國吉維尼的莫內花園……，百看不厭！

《印象·經典：莫內》

是次莫內特展，五十五件展品全數由全球典藏莫內作品最重要的巴黎馬摩丹——莫內美術館借出，展品被規劃為五個主題單元：朋友與肖像畫、諷刺漫畫、光影詩篇、莫內花園與永恒莫內，通過這五個單元的展品編排，觀者能夠以一個全面性的角度，了解建構莫內的人生與藝術。

「國立歷史博物館」的特展場刊如此介紹：「故事從莫內的私人收藏開始，透露他個人蒐藏品味的肖像畫，述說著莫內一生所珍視的友誼與家人。繼之從莫內最初展現其繪畫才能並嶄露頭角的諷刺漫畫開始，邁進逐步養成這位印象派大師的各地旅行印記，他所鍾愛的吉維尼花園景色，終至晚年深受日後藝壇抽象表現主義推崇的極度自由表現。」



■ 網上圖片

《印象·經典：莫內》特展，是近年看到較滿意的美術展。除了莫內的傑出畫作令人印象難忘，展品編排有系統和啟發性，將動的語音導覽亦是餘音繚繞，離開展館後，還讓人耳畔留痕！這次的導覽內容有別於以往其他展覽，不甚看重作者生平與作品相關的記事，也不過於琢磨、解釋作品的畫風、技法，而像以眼前的這幅畫為畫面的導引，帶領觀者走進一位畫家在創作這幅作品當下的時與空。

改稿困難不夠人手也是另一個很重要的原因。新聘請回來的編劇，仍未掌握到寫稿的技巧，寫出來的稿能改的不多，重寫的卻佔大多數。至於舊有的那一批編劇，如果看到這篇文章，請原諒我的坦白，因為過去沒有競爭，電視台不看重培訓人才，以致編劇之間也失去競爭，稍為有好表現的，大部分都已升為編審，餘下的編劇不是年資尚淺，就是某些方面的表現未如理想，不少人抱着過到骨就算的心態，不去力求進步，久而久之，就寫壞了手。當然仍有些好編劇我未合作過，不排除當中有些是潛質優厚的。

過往收過最差勁的劇本，就是把分場的內容剪貼成劇本格式。分場可以說是劇本的大綱，分場度得有多精細很視乎個人習慣，有的分場會細緻得連每個角色的對白都有齊，這種分場編劇在寫稿時偏離航道的機會就大大降低，但給予編劇發揮的空間也相應地減少，我個人的取向也不太喜歡過於精細的分場。不過即使不精細，但分場一定會清楚列明整場戲的內容、設計、角色應當持有的心態及大概的對白。

最差勁的稿就是，開出時A步入房間，輕輕叫喚了一聲B，B又叫了A一聲，A問B為何這麼晚還未休息？然後B施施然拉開櫃桶，拿出公文袋，打開公文袋，取出裡面的文件……；整場戲未正式進入戲內，寫得異常仔細，已經花了大半頁紙。然後發現文件原來是A通姦的罪證，來到B向A大興問罪之劇本的戲肉部分，卻只把分場內的一大段對白 copy & paste 到劇本上，完全不加修飾雕琢，也沒有把大段對白拆開，然後加上A一個個悻然反應，這場戲就此寫完了，認真慳水又慳力。幸好這類編劇應該不可能在這間公司內出現，否則血都要嘔幾碗。

不少公司都會在歲晚提早收爐，可是電視行卻永遠是年中無休的。這份劇本將會陪伴我度過蛇年最後一日。祝大家新年快樂！馬年進步！

年夜飯

中國的節慶文化歷史悠久，年夜飯也是其中之一。豐富多彩的年夜飯，古代與現代內容各異，各地有各地的吃法，各有各的講究，無不顯示着時代的特色。年夜飯又稱團年飯，也稱作團圓飯，是農曆除夕夜必不可少的一餐盛宴。

除夕這一天對華人來說是極為重要的，是繼往開來的時刻。大年三十這一天人們準備除舊迎新，精心製作着「團圓飯」。從一大早開始拾掇雞鴨魚肉、烹炸食品、蒸饅饅、蒸年糕、餡麵餃子……，主婦們忙得也不樂乎。家庭是社會組織的最小單元，也是華人社會的基石，一年一度的年夜飯，充分體現出中華民族家庭成員間互敬互愛的傳統美德，這種互敬互愛使一家人的關係更為密切。家人的團圓往往令一家之主在精神上得到安慰和滿足，老人家眼看到兒孫滿堂，一家大小共享天倫之樂，過去養育子女所付出的心血得到滿足，倍感無比幸福。子女們可以借此機會向父母表達養育之恩，都圍繞在長輩身旁，表示一下對老人的孝道。

廣袤的祖國大地，風俗人情各有不同，按照民間的傳統習慣，各自盡享年夜美食。北方人吃餃子，南方人吃米糰子、水磨年糕，江浙閩粵等地初一吃元宵，回族人正月初一吃麵條和燉肉，初二吃餃子。餃子是餛飩的變種，過大年吃餛飩取其開初之意。傳說盤古氏開天劈地，使「氣之

輕清上浮者為天，氣之重濁下凝者為地」，結束了混沌狀態，才有了宇宙四方。世人取「餛飩」與「團圓」的諧音，意思是糧食滿園。古來只有餛飩而無餃子，後來將餛飩做成新月形就成餃子了。

年夜飯的名堂很多，大江南北各有講究。北方人過年吃的餃子，也有的稱謂扁食，分肉餡和素餡兩種，肉餡表明日子肉肉頭頭，素餡寓意日子素素淨淨。人們年夜子時就開始吃餃子，此時正值新舊交替，新的一年已經來臨，取新舊交替「更歲交子」的意思。白麵餃子因為形狀像銀元寶，一碗碗端上上桌象徵着「新年大發財，元寶滾進來」。大部分人家在包餃子時，還把幾枚硬幣包進去，大人們吃着着硬幣，預示着有財運，年內就能多掙錢，孩子們吃到象徵着今後會發大財。

年夜飯吃餃子的習俗，據說是從漢朝傳下來的。相傳，醫聖張仲景在寒冬臘月，看到窮人的耳朵被凍爛了，便製作了一種「祛寒嬌耳湯」給窮人治凍瘡。他們用羊肉、辣椒和一些祛寒溫熱的藥材，用麵皮包成耳朵樣子的「嬌耳」，下鍋煮熟，分給窮人吃，人們吃後，覺得渾身變暖，兩耳發熱。以後，人們做做看，一直流傳至今，成為一項公認的食物。

年夜飯是世人不可缺少的晚餐，無論生活富足

之家還是家境拮据的農戶，吃年夜飯都是必不可少的。舊時富裕人家奢侈的餐桌不用說，就是逃荒要飯之人，也要把討來的「美食」留在年夜飯時食用，山東呂劇《借年》中表述的故事就是典型的寫照。《借年》說的是書生王漢喜家境貧寒，大年除夕，奉母命到未來的岳父家借年。王漢喜來到岳父家院內，看到上房全家正歡度新年，深感自己處境寒酸，正自慚形穢，徘徊不前，突聞有人走來，無處可躲，慌忙中誤入未婚妻愛姐閨房迴避。最後，這一對思念已久的未婚男女，終於在嫂子的關懷和支持下，結成百年之好。

吃年夜飯，是家家戶戶最熱鬧最愉快的時刻。大年夜，豐盛的年飯擺滿一桌，閤家團聚，圍坐桌旁，共吃團圓飯，心頭那種愉悅感真是難用語言比喻的。現在的城市居民已經不拘泥於居家享受年夜飯，相當部分人家把年夜飯定在飯店。有的人家打破了傳統習俗，男女親家同席聚餐，還有邀請親朋摯友在一起聚會，本不是一家人共享滿桌的佳餚盛饌，享受那份快樂的年味。酒席桌上一般少不了兩樣東西，一是火鍋，一是魚。火鍋沸煮，熱氣騰騰，溫馨撩人，說明日子紅紅火火。「魚」和「餘」諧音，是象徵「吉慶有餘」，也喻示「年年有餘」。還有蘿蔔俗稱菜頭，取「好彩頭」之意，煎炸食物，預祝家運興旺如「烈火烹油」。上一道甜食，祝福日子甜甜蜜蜜。

在古代，人們認為年夜飯還有逐疫、驅邪、健身的作用。因此，年夜飯的特點是全家大團圓的宴會，無論男女老幼都要參加。為了除夕之夜大

團圓，無論相隔多遠，工作有多忙，人們總希望回到自己家中，吃一頓團團圓圓的年夜飯。有的人實在不能回家時，家人們也總是為他留一個位子，留一副碗筷，表示與他團聚。女主婦在下餃子的時候，特地將蓋墊中間的餃子留下，等着已出嫁的女兒初二走娘家時食用，代表娘家媽想着閨女。

年夜飯也叫「閤家歡」，是人們極為重視的家庭宴會。俗話說得好，「打一千，罵一萬，三十晚上吃頓飯」，也就是說在一起吃了年夜飯，一家人不但團聚，而且家庭和睦。中國民間的傳統習慣已經形成節慶文化，這種傳統文化看起來簡單，其內涵也是博大精深。研究節慶文化少不了「年夜飯」，年夜飯是整個過大年的中心飲食環節，它的地位和作用無與倫比，沒有了年夜飯，何以稱得上歡天喜地過大年啊。



■ 網上圖片

古今談

范舉

馬年談馬

許多人以為，做皇帝一定是真龍天子，多數是龍年出生。實際上並非如此。中國的生肖，是從年初一起計算，並不是從立春起計算。中國的第一個皇帝秦始皇嬴政，屬虎；最後一個皇帝——清朝末代皇帝溥儀，屬馬；中國歷史上唯一的女皇帝武則天，屬猴。在可考的二百九十位皇帝中，屬兔的最多，其次是龍、馬、豬、虎、牛、羊、雞，排在最後的是狗。蛇和鼠並列位居倒數第二。屬兔的幾乎是屬狗的一倍。

這種現象能夠說明什麼呢？並不是說，龍年出生的人，就一定掌握權力或者富貴。清朝的康熙、雍正都是馬年出生的，他們把清朝的實力推到了高峰，為後代打穩了江山；溥儀也是屬馬的，卻丟掉了江山。

漢武帝屬猴，唐太宗屬羊，宋太祖趙匡胤屬豬，元太祖成吉思汗屬馬。在三國演義中，除了曹操，另外兩個最終稱了帝，屬牛的劉備稱了馬皇。

馬年，反而告訴我們一個規律，馬，是需要人去策騎和掌握方向的。人的主觀能动性最重要，如果有人有聰明和智慧，就能夠判斷形勢，找到正確的方向，就會事事順利，國運興隆。如果走錯了方向，馬就會衝向了懸崖，粉身碎骨。所以，因勢利導，掌握分寸，控制方向，是最重要的事情。

今年香港討論政改，就是涉及香港的大方向。有人說，不依照基本法，瞎闖一頓也是可以。但要知道，沒有了基本法，香港特別行政區也不存在了，港人治港也不存在了。所以，取消了基本法，也就是取消了普選行政長官，對香港大大不利，必然帶來麻煩和衝擊。所以馬年的時候，香港人要理智冷靜，千萬不要衝動，更不要聽信花言巧語。

隨想國興國

興國

馬藍

馬藍，這名字美麗嗎？不過，《楚辭》卻記有「馬藍踈踈而日加」的話，意思是說馬藍並不是一種芳草，而視之為惡草。

馬藍作為一種野菜，從秦代就有食用的記載，而且根據《睡虎地秦墓竹簡·秦律十八種·田律》的記載，在春天的二月時分，有禁止採摘馬藍、取小獸、鳥雞和鳥卵的律條，可見在秦朝時候，採食馬藍的人非常多，要立法律來加以保護這種野生植物。

馬藍，現在的名字是馬藍頭，又名馬蘭頭或馬欄頭，唐朝的《本草拾遺》稱它為紫菊，可見這種野生的食用植物，開的花是紫色的，有如菊花。歷代稱馬欄頭的名字都不同，但都頗為美麗，比如馬藍菊、紫蜆菊、竹節草、紅梗菜、十家香、一枝香、馬藍青、蓬蓬菜、蜆蜆頭、菜、田菊、大枝鹹串、野藍菊、莧菜連、燈盞細辛等等。這些名字和大眾都喜歡食用，不知為何《楚辭》要視它為惡草。

我們常到上海館子吃飯時，總喜歡點馬藍頭為餐前小食，切得碎碎的，入口清香而有嚼感。但上海對這種野菜的稱呼卻是毛蜆菜和蜆蜆頭菜，所以到上海去點馬藍頭，如果說是來一碟蜆蜆頭，不知現代的上海餐館有沒有聽得懂？

《隨園食單》說：「馬藍頭，擠取嫩者，醋合拌拌食，油膩後食之，可以醒脾。」《明詩綜》記載有古諺說：「多食馬藍，少食芥藍。」並有註說「馬藍食之養血」。可見吃馬藍頭，對身體是有好處的，怪不得秦朝要訂定法律來禁止濫採了。如果當時沒有立法，如今不知還會不會有馬藍頭可食？

韭黃有味是清歡

少時就讀的中學旁邊是一片空曠的菜地，每到冬季，地裡就只種兩樣蔬菜：芹菜和韭黃。我一直不明白農人為何對韭黃如此情有獨鍾，直到成年後，自己買菜做飯，才知道冬季的韭黃素潤細嫩，滋味尤為清爽，是倍受人稱賞的時鮮。雖然別的時節也有韭黃，但惟有冬季的韭黃特別肥出滋潤，細長潔白的葉片，水靈靈的，與平時焉軟瘦瘠的樣子形成了鮮明對比。對於有「不時不食」美食追求的人，是難得的應時清蔬。

古代北方到了新年，有以「五辛盤」迎新之俗，韭黃是「五辛」中不可缺少的一味，難以蔥蒜、蒿芥而食。所以，韭黃過去在北方受到的禮遇，比南方要高多了。明人謝肇淛的《五雜俎》載，明代京城的富室之家，隆冬時節會在地窖裡燒火，經久不熄，用於種植韭黃，形同溫室大棚。普通人家也常有在炕上種植韭黃的，利用炕火的溫度使其生長。因北地苦寒，冬日少有蔬菜，得有鮮嫩的韭黃作為迎新饋獻，是難得的美食享受。《清稗類鈔》曰：「韭之美在黃，豪貴皆珍之。」清代之際，冬日時節能用韭黃款待賓客，屬於是大手筆的高規格接待，非貧民所能辦。

韭黃之可貴，在於清鮮、柔嫩，無須繁複的工序調和，略事烹炒，便是一道爽口的美味，故保持其嫩脆口感是關鍵。由於韭黃的水分大，下鍋後很快就熟，略一過火，就會軟爛如腐泥，真味盡失，所以要把握黃炒好，也很考驗做武火菜的功力。須手眼配合默契，動作敏捷，一氣呵成。其要領是熱鍋涼油，須把鍋燒得足夠熱才放油，跟手放入韭黃翻炒，做到快起快落，盡量減少韭黃在鍋內停留的時間，眼看到了水分沁出，即添入蠔油調味，起鍋盛出。如此烹炒出來的韭黃不僅晶瑩油亮，逗人食欲，也能保持柔滑爽脆的口感。



■ 網上圖片

有兩件食材特別宜於和韭黃一道烹炒，一是雞蛋，一是肉絲。南宋陸游有詩曰：「雞跖宜孤白，豚肩難韭黃。」想見在宋代，人們就已欣賞韭黃炒肉絲的美味了，且是用肥瘦相間的豬肩肉，利用豬脂的油潤，使韭黃的口感鮮滑，芳香爽嫩。雞蛋也是韭黃的最佳拍檔，兩者的組合不僅是下飯的妙品，且被視為有好寓意，寓意「金銀滿堂」，是一道在各地都登桌率極高的家常菜式。

而在北方，韭黃的吃法又有不同的新意，人們把炒好的韭黃肉絲攤在烙餅子上，捲着吃，帶有濃郁的北地風味。另外用韭黃利餡包餃子或做包子，蒸熟以後，肉餡特別鮮嫩多汁，口感也是十分香美。梁實秋曾在《一篇文章裡提到，他早年在青島參加宴會，席末上的一道韭黃魚餡的餃子，眾人已飯飽去箸，仍然禁不住餃子的清鮮引誘，鼓腹也要吃得精光。由此觀之，人生快意莫過於飲食有味，這其實就是最大的清歡。