

News Buddy

# "Rinsing" dishes before meal: a need or a must?

## 食前「滾」碗筷 需要定必要?



不同持份者對港人飲茶前洗碗筷都有不同意見。

原文

下文摘錄自香港《文匯報》8月26日報道：

各處鄉村各處例，不同地區均有其自家文化習俗 (customs)，其中廣東有一種飲食文化 (food culture)，就是用膳前會以滾水熱茶沖洗碗筷杯碟 (eating utensil/tableware)。不少人用水或茶沖洗已經清洗過的碗碟，但到酒店內的高級餐廳用膳、吃法國菜或品嚐日本料理前，卻不會這樣做，原因為何？又是否有此需要？

### 約定俗成 VS 浪費食水

記者到食肆訪問食客 (diner) 及旅客對此習俗的看法。食客張小姐表明，對食肆背後的清潔 (hygiene) 沒有信心，習慣出外用餐會用水洗碗筷。食客李小姐表示，由於店員每次都會給予水兜盛載洗碗水，覺得約定俗成 (common practice) 也會洗一洗。不過梁先生就認為，這下意識 (subconscious) 舉動只是香港的飲食文化習慣，不認為香港食肆不夠衛生。

香港餐務管理協會 (Association for Hong Kong Catering Services Management Ltd.) 主席楊位醒指，本港餐飲業 (catering industry) 清洗碗碟杯碟的工序已很仔細和足夠，只是部分客人擔心桌上的碗碟杯碟已擺放一段時間，其間或有灰塵 (dust) 黏至，才會清洗。現時不少酒樓均有提供水兜予客人讓他們自行清洗，也曾見過有客人拿出紙巾擦一擦才使用餐具，但他認為，抹擦過程中反而令

部分塵埃及紙屑留在餐具，變得不够整潔。

他認為，若每人都作清洗的話，會造成食水浪費，建議要向消費者推廣環保 (environmental protection) 教育。

### 或有心理因素 醫生：作用不大

現代管理 (飲食) 專業協會 (Association of Restaurant Managers) 會長胡珠指，廣東飲食文化十分講究 (exquisite)，洗碗碟杯碟是希望令餐具暖和起來，「飲杯茶都舒服一點，心理因素 (psychological factor) 較強。」

有部分外籍人士知道港人有此習慣後，「跟足步驟去沖洗」。他覺得，這是多年來的習俗，難以一朝一夕改變。

有醫生指出，如杯碟碗筷早已用洗潔精 (detergent) 清洗，可引致腸胃疾病 (gastrointestinal disease) 的細菌 (bacteria) 仍殘留在餐具上的機會很微，因而導致食物中毒 (food poisoning) 的機會並不高；反之若杯碟沒有認真清潔，只用水沖洗作用也不大。

他認為大家進食前洗碗筷，多是因為見到碗碟仍油膩 (oil stain) 或有污垢，用熱水沖洗，可將肥膩或污垢清除。

環保組織「綠惜地球」(The Green Earth) 總幹事劉社鋒認為，無論中西食肆，均有責任向客人提供絕對乾淨的餐具，形容客人覺得餐具不清潔而即場沖洗的現象「好怪誕」。如果客人認為餐具不潔，應立即向食肆反映，要求更換。

### Q&A

1. 「飲茶」可簡單譯作什麼？
2. 茶客通常喜歡「一盅兩件」，這可如何翻譯？
3. 「功夫茶」對茶具器皿也十分講究，它的英文是？
4. 廣東簡稱「粵」，其飲食文化即是什麼菜？
5. 世界三大菜系分別是什麼？

- Answer
1. Yum cha
  2. A pot of Chinese tea served with two dishes of
  3. Kung fu tea
  4. 粵菜 (Cantonese cuisine)
  5. 中國菜系 (Chinese cuisine)、法國菜系 (French cuisine)、土耳其菜系 (Turkish cuisine)

譯文

Every country has its own customs and traditions. One of the Guangdong local food culture is that restaurant goers usually wash the plates and chopsticks etc. with a bowl of boiling water or hot tea before meals, though the eating utensils have been properly cleaned beforehand.

However, people seldom follow suit when they have meals at hotel restaurants or enjoy French or Japanese cuisine. What is the reason behind and if there is a need for this habit?

### Local customs VS Waste of water

Reporters visited some restaurants and interviewed diners and visitors to collect their opinions on this custom. "I have no confidence in the hygiene of the restaurants, so I keep the habit of washing the tableware before meals," said Ms.

Cheung. "As the restaurant staff would give customers an empty bowl for them to pour away the washed and dirty water, the washing-up seems a common practice," said another diner Ms. Lee.

Yet Mr. Leung thought that such subconscious action was just a reflection of the food culture in Hong Kong, not thinking the local restaurants unclean.

Mr. Yeung Wai-sing, chairperson of the Association for Hong Kong Catering Services Management Ltd., pointed out that the local catering industry had followed stringent cleaning and sanitation procedures in handling eating utensils, but some customers worried that utensils might have been placed on the table for some time, so they did the washing-up with the aim to remove dust. "Customers are usually provided with a bowl for the washing-up, while some may simply use

paper towels to wipe the tableware. But in the process of wiping, dust and small pieces of paper may be left in the utensils, making them unclean," he said.

Mr. Yeung claimed that customers might waste water to do the washing-up, suggesting the government to promote a sense of environmental protection.

### Psychological reasons might be present

Mr. Woo Chu, President of the Association of Restaurant Managers, expressed that the Guangdong food culture was very exquisite and the washing-up aimed to warm up the eating utensils. "This is to make tea-drinking more enjoyable. Psychological factors can play a significant role." Some foreigners may even follow the same practice as the locals do. He believed that such a custom

would not be changed easily.

A doctor said that if the tableware had been properly washed on detergent, the chance of getting poisoned by the bacteria left that causes gastrointestinal diseases was low. But if they had not, the washing-up would have been in vain.

He added that people usually did so because oil stains and dirt are found, and indeed hot water can effectively remove the unpleasant residues from the utensils.

Mr. Lau Chi-fung, Executive Director of the environmental group The Green Earth, stressed that both Chinese and Western restaurants had the responsibility to offer absolute clean tableware, describing the practice of washing-up as "strange". He suggested customers should voice out immediately and ask for replacement if the utensils are deemed unclean.

# 校園電視台 發掘綠點子

在校園推廣環保，利用新媒體作宣傳是其中一個很有效的平台。我們的綠色小記者會定期製作與環保有關的短片，於校園電視台內作不定期的播放。

而為了進一步提升這班綠色小記者的採訪及報道技巧，我於早前參加了由港燈智「惜」用電計劃與香港青年協會賽馬會Media21媒體空間 (M21) 合辦的度身訂造「綠色校園電視台」訓練班，讓小記者們好好「進修」。

### 前主播教路 採訪廚餘機手拎「實證」

既然是度身訂造的訓練班，課前主辦機構預先了解同學的需要及學校的拍攝器材，以制定課堂內容。我特別希望採訪及報道內容圍繞本校的廚餘處理及綠田園耕作，讓同學實地學習更貼近他們日常校園生活的綠色議題。

訓練班當天，導師前電視新聞主播黃大鈞先教導做主播的技巧，並讓同學即場練習，及後便分組到學校的廚餘機及綠田園現場訪問同學的不同意見。

黎洛汶同學及邵俊淇同學表示，訓練班上，安排了在校園「實戰」，體會到原來平日身邊習以為常的行為，其實都可以利用生動的方式報道。例如大家午膳時會將廚餘集中回收，再由環保大使倒入廚餘機，在報道中就嘗試提着一大桶廚餘，作為報道中的「實證」，令整段新聞更「立體」，幸好廚餘的味道不太濃烈呢！

### 訓練班理論實戰並重

其他班上的同學，亦學習到綠色新聞報道的每個製作過程，都要抱着嚴謹的態度。從尋找綠色新聞點子、資料搜集、撰稿、訪問、拍攝、剪接等，環環相扣，只有用心，才可製作一條有感染力、能將環保訊息宣揚給他人的綠色新聞，從而帶動更多同



學校定期舉辦不同活動，幫助同學多方面學習環保。

校方供圖

學關注環保問題。負責安排訓練班的黃玉娟主任分享指，該校有大規模的綠田園耕作、綠色膳食、廚餘回收設備等，訓練班的導師能夠利用該校的綠色環境，帶領學生找尋綠色新聞的元素，令課程內容非常實用；而訓練班的內容包括理論及實戰，學生除了學習何為綠色新聞採訪和報道技巧的知識外，更可以在專人指導下完成拍攝及採訪，即可學以致用，不只停留在理論的層面，學得更活更有趣。

未來，一眾綠色小記者更將目光放到更遠，課後承諾會多留意身邊的人和事，將採訪人物和事物延伸至校園外，期望將社區上有關綠色生活的小貼士、環保訊息和小故事帶回學校，跟同學和家長分享。

■大埔舊墟公立學校 (寶湖道) (港燈智「惜」用電計劃「綠得開心學校」之一)

心康理得

## 五招紓壓 孩子返學零煩惱

連續兩周分享了什麼是上學恐懼症，及上學的壓力來源。

大家都知道壓力來自多方面，以致學童可能有恐懼甚或拒絕上學表現。面對這些情況，家長及老師呢？筆者有以下的建議：

### 家長參與 多肯定助建信心

(一) 生活習慣及環境的改變：預早與子女一起了解學校的環境、上學路線會有一定的幫助，可以在學期初陪同子女上課，更是有助幼兒的適應。此外家長也可於上學前預早數天為子女調整生活節奏，作好心理和生理的準備。

(二) 課室經驗：家長可多與老師溝通，取得老師的協助，在課堂上多加支持和讚賞。老師也可刻意安排學童負責一些簡單工作和參與他們喜歡的活動，以製造平衡的正面經驗。

(三) 學習能力：最有效的方法莫過於家長的參與和支持，作為父母的可一起協助學童應付功課，這當然還包括體育科和術科的參與，但切記需配合多鼓勵和讚賞。

(四) 與父母分離：父母需要給子女確切的肯定和安撫，使他們知道父母一定可以安全與他們重聚。在分別時可要求幼童代為保管一些物品如鑰匙，這樣可使他們知道父母會在約定的時間出現取回物品。當然父母切

忌因任何理由而沒有在接放學的時間出現。漸進式地幫助子女習慣自己分開的時間也是有效方法。

(五) 社交技巧：父母同樣需要取得老師的協助，培養子女的自信心，如安排與群體共同完成一些簡單的工作以建立自我和認同。

同時，父母也可多教導子女一些理性思想的方式，例如幼童以為自己射不入球使團隊輸球而感覺自己沒用，我們可協助使其明白，很多人也會射不入球，而且以後還是有機會的。

### 多聆聽 多分享

最後再和家長們分享一些「小貼士」：

- (1) 多耐心聆聽，了解問題所在；
- (2) 分享自己幼時的經驗，有助減低焦慮；
- (3) 一起預備上學的物品，購買文具書包等，以愉快之心感染子女；
- (4) 避免威嚇和責罵，否則弄巧反拙；
- (5) 支持和關心的態度，但不容妥協；
- (6) 須留意學童的焦慮很多時是來自父母的焦慮；
- (7) 保持與家人和老師的溝通，共同處理困難。

總的來說，家長只要及早預備和了解子女在適應上的困難，幼童害怕上學的問題並不難處理，事實上，一般都能在很短的時間內便安頓下來。而家長及老師們的細心留意及支持，能幫助學童更適應上學的日子，快樂成長。

(三之三)

■香港心理衛生會助理總幹事 程志剛

香港心理衛生會

香港心理衛生會輔導服務：

3583 1196

智惜用電 @校園

港燈智「惜」用電計劃，致力教導年輕一代及公眾人士培養良好的用電習慣，目前全港已有三百多間中小學校加入「綠得開心」學校網絡。詳情可致電 3143 3757 或登入 [www.hkelectric.com/smartpower](http://www.hkelectric.com/smartpower)。

星期一

• 通識博客(一週時事聚焦、通識把脈)  
• 通識博客/通識中國  
• 百搭通識

星期二

• 通識博客/通識中國

星期三

• 中文星級學堂  
• 文江學海  
• 百科啟智

星期四

• 通識文憑試摘星攻略

星期五

• 通識博客/通識中國  
• 文江學海