

# 蘑菇也成貴價菜 烤焙原來不困難

## 英該要知

隔星期五見報

在剛過去的Easter holidays(復活節假期)裡,程韻老師少有地沒有外遊,反而留在香港,悠閒地享受了10天的休息,不過,休息也當然包含marking writings(批改作文)這場持久戰。

雖然假期當中有數天是public holidays(公眾假期),交通工具及各大商場卻出奇地少人,相信是大部分香港人都去了旅行的緣故吧。而我也樂得清靜,做了很多平時沒有時間進行的事,其中一件便是cooking(烹飪)。

我的朋友,甚至是家人,都一直對我的cooking skills(廚藝)抱著doubtful attitude(懷疑的態度)。其實我很喜歡下廚,每當有空閒的時間,我都會獨自到supermarkets(超級市場)選購fresh(新鮮的)ingredients(食材)。對,只限超

市,因為我比較抗拒traditional(傳統的)wet markets(街市/市場)的濕滑環境。每當嚐過我煮的菜後,各人都會對平時的I be impressed(另眼相看)呢。During Easter holidays(在復活節假期裡),我煮了多種different types of(不同款式的)pasta(麵糰)和bake(焗)large brown mushrooms(大啡菇),現在就讓我介紹一下這兩道dishes(菜式)的cooking methods(烹調方法)吧。

在香港常見、常吃到的pasta有spaghetti(意大利粉)、angel hair(天使麵)、lasagna(闊條麵)、linguine(扁意粉)、penne(長通粉)、farfalle(蝴蝶粉)、lumache(蜆殼粉)和stortini(通粉)等。雖然都是由麵糰所製成,但pasta的種類真是多不勝數,各式各樣的長度、形狀,真是只要想得到,便能做得到呢。我最喜愛的是classic tomato farfalle(經

典番茄蝴蝶粉),而要煮得好,緊記要預備ripe(成熟的)tomatoes(番茄),這樣才能吃到當中的鮮味啊。

首先,把onion(洋蔥)、garlic(大蒜)peel(去皮)和slice(切成片狀),再把鮮番茄切成小粒;然後,加少許橄欖油,用saucepan(平底鑊)以medium heat(中火)把onion、garlic stir fry(炒)至golden yellow(金黃色);其後,再加上其他材料一起炒,我個人最喜歡加Apple Cinnamon Pork Sausage(蘋果肉桂豬肉腸)作為配料;最後,待配料都差不多煮熟後,便可加入已預先煮熟的farfalle與tomato sauce(番茄醬)一起煮,大約煮幾分鐘便大功告成了。

### 自行調味 罐頭亦可

Tomato sauce可自行調配,若想節省時間,在超市購買現成的sauce或canned

tomato soup(番茄罐頭湯)也可。如是cheese lover,在上菜時,可額外再灑上cheese powder(芝士粉),令Classic Tomato Pasta成為你更喜愛的菜式。Pasta的種類可隨意更換,若不喜歡蝴蝶粉,可選其他符合個人口味的啊。

第二道是baked large brown mushrooms,這可是相當受歡迎的菜式。在Ocean Park(海洋公園)剛舉行的music festival(音樂節),一件焗大啡菇的售價是50元至70元呢,很難想像蔬菜也這樣昂貴。

基本上焗mushrooms是非常容易的,不論是什麼種類的蘑菇,也可以煮得美味。先把mushrooms洗淨,我個人喜歡把整個stems(莖部)摘去,只留caps(菇頭的部分);如愛吃stems的則可省去此step(步驟);用kitchen paper(廚房紙)把蘑菇印乾,放在baking tin(焗盤)上;在蘑菇



作者供圖

上加入喜愛的配料,個人最愛加shredded(已刨碎的)cheddar cheese(車打芝士)和salami(意式辣肉腸),然後放進已preheated(預熱)的焗爐,用150°C焗15分鐘,當有蘑菇的香味傳出來,即代表完成。

焗的時候,不要用過高的temperature(溫度),以免烤焦。上碟前,記得先把焗盤上從蘑菇流出來的水分清走啊。

看完上圖,是否已很想立刻煮呢?記得要注意安全啊。

■程韻 作者簡介:英國文學碩士,在男校任教英語的女教師,愛好文學和動物。

■林健根 會計師

## 沙田存雅意 訪梅晦思園

### 恒管清思

隔星期五見報

說起梅花,先想到的是宋代林逋。林逋隱居西湖孤山,植梅畜鶴,不娶,無子,人都說他「梅妻鶴子」。《夢溪筆談》載有訪客至其家,童子便會放鶴,不久,林逋必掉小舟泛波而歸;《宋史》本傳稱其恬淡好古,卒時宋仁宗嗟悼不已,賜諡「和靖先生」。「疏影橫斜水清淺,暗香浮動月黃昏」,便是林逋傳世詠梅名句。

### 尋幽探梅 賦詩寫詞

說到尋梅,從小瀝源恒管校園以北可循「梅花古道」登山,古道名稱意象雖好,沿途亦清幽,但其實並無梅花可尋,二字只是梅子林和花心坑地名的縮略;若是時光倒流大半世紀,沙田倒有一訪梅勝地,就是晦思園萬佛寺。當年詩僧月溪法師雲遊至港,在沙田山上晦思園創建萬佛寺,與桂坊、張學華兩位太史及不少文士訂文字交;園中遍植梅花,桂坊題道「晦思園裡有梅田」,多少詩客曾拾級扶筇,到此拜訪上人,賦探梅詩詞。

這些詩詞猶可考見於舊報章、作家詩文集,如鄭春霆晦思園訪梅留句云「凍雀亦如雲懶出,疏梅猶待客來遊」,梁隱齋乙未年(1955)冬日遊園詩有云「一尊大佛一樓台,丹桂紅梅次第開」。園中大概有很多白梅,有一年園梅為風所損,張紉詩以詩呈月溪法師並慰問梅花,句云「梅花先我參三乘,雪

粵隨風灑大千」,尤得風雅之旨。

月溪法師歷遊名山大川,每以詩詞注行腳,《鷓鴣天》云「千山萬水經行遍,歸去寒窗寫小詩」,又嘗題梅花云「閒思到處皆黏着,願化春泥護落英」,化用天女散花佛典及龔自珍詩句,語帶幽默地於梅花別有會心;遊西湖時曾訪林逋墓,《浣溪紗·湖上重九訪林和靖墓》句云「帶雨南谿尋宋叟,蕩舟西堤謁錢王,暫時流轉莫思量」。

桂坊說「從來僧多能詩,而工詞者絕鮮」,月溪法師不但能詩,且工詞;張學華偶披閱法師案上詞稿,讀至「多情山月照僧還」句,嘆道「上人之詞,可謂有雲霞色,無煙火氣矣!」

林逋的梅妻鶴子,月溪法師的禪門文采,沙田山上晦思園的梅田,都成往矣,今天香港不少地名只徒留梅字,梅蹤還何處可尋呢?筆者偶聽畫家朋友談寫生經歷後,心動不已,去年春日驅車往尋,果然於某區道隅小園尋見一株白梅。當時白梅花事半開,匆匆行人皆過而不見,車塵喧聲中暗香浮動,在石屎森林裡尤顯潔馨;雪白梅英偶被寒風捲送馬路上,颼輪過處,零落成泥碾作塵,幽香如故。鬧市居然沁着陸游《卜算子·詠梅》的意境,令人悵然自失,久久不忍捨去。



■恒生管理學院中文系助理教授 郭偉廷博士

## 歸根結語

隔星期五見報

在布列敦森林體系結束後,貨幣不再與黃金掛鉤,全世界進入依靠財金精英的時代,好處是有彈性,壞處是充滿變數。為安民心,某些國家仍以黃金作為部分儲備,一些則與他國貨幣相連作後盾,有的集中於一個強國貨幣上,有的則分散在一籃子(a basket of currencies);另外,各大強國負責貨幣政策的部門(如中央銀行)均有高度自主性。但,那足夠嗎?

在經濟下坡時,首當刺激經濟,須執行擴張性貨幣政策(expansionary monetary policy)。把利率按在低水平,好讓低利息減輕借貸人的負擔,商人便可借更多錢來拓展業務,若商貿打得火熱,應接不暇,便要招攬人手,順道解決失業問題。若經濟停滯不前(remain stagnant),同時遇上貿易逆差(trade deficit),外國消費者認為那國的貨太貴,政府可下令貨幣貶值(devaluation),尤如向全外來次大減價,美國前總統尼克松就曾把美元重重貶值。又或大量發鈔也可達到同樣激發效果,日本在安倍晉三上任首相後,即時採用急進的貨幣寬鬆政策,來刺激出口產業。可是這兩項決定也有負面後果,當貨幣流通過度,便應把銀根收細(緊縮性政策:contractionary policy),可惜這項需要往往被政客刻意地忽視。

每當機會主義者(opportunists)狙擊一個過熱卻又不能自主其貨幣的經濟體,當事的政府便面臨是否改變其貨幣機制的決定。如在1992年9月16日,一個名為黑色星期三(英語:Black Wednesday)的那天,英國面對索羅斯大量拋空英鎊,不消一天,英倫被迫退出歐洲匯率體系,更損失了幾十億美元。向整個經濟作盤算時,緊守某個貨幣機制只是多個考慮的

其中之一。

即使貨幣是可以自主,不怕外來攻擊,危機仍然存在。決定美元的總流量是獨立的聯邦儲備局(Federal Reserve Board),當局的領導人是經濟學家與銀行家等精英,他們不是政客,可是委任他們的總統,卻是每四年要面對一次選舉的政客。每每在任總統尋求連任時,美國便會有多印銀紙的壓力;搞旺經濟,原應是理所當然,可是加多貨幣流量的實質,實際上是依靠擴大借貸活動,在華府高壓下放款,不應借出的,不足抵押的,也批了。1980年代的林肯儲蓄會舞弊案及2000年代中後期的次貸危機,雖然爆發點來自貪心的犯罪人,但是貨幣遠遠超標是兩場孽債的主因,當印銀紙形容為量化寬鬆(英語:Quantitative easing,簡稱QE),放任的行為便看似非常合理。

西歐為重獲昔日貨幣連環的安心日子,強把多國來個捆綁式結盟,齊齊發行歐羅(Euro)。發行人當中,包含了面臨財困的「歐豬五國」,發貨幣如印欠單,不免令人懷疑這個發欠單的集團,會否有最終兌現的能力。澳大利亞曾為了吸引外國資金,以高息來利誘,換來的是匯率異常波動。

### 即時見效 手尾漫長

西方國家採用每幾年可能出現更替的民主選舉制度,令到執政者傾向採用迅速生效的政策,因為在任期時間有限,長遠的後果便留給下任來解決吧。打造短期偉績的同時,暗藏着深遠(far reaching)的代價。恒當地保持合理的貨幣增長,看來只是個美麗謊言。

官方銀紙長期不斷縮水,甚至可以突然大打折扣,必須想想法子。有人聲稱比特幣就是不受通脹及官價影響的安全港(save harbour),更有人指出這個幣的好處不僅止於此,當然筆者不同意,下文再續。

## 越量惹的禍

隔星期五見報

## 生靈塗炭 警惕戰爭

### 文山字水樂春風

隔星期五見報

戰爭,是指兩個或以上的族群、國家,為了達到一定的利益和目的,而進行大規模的暴力打鬥、攻擊殺伐。所謂利益和目的,可能是水草糧食,以至經濟資源、土地疆界、政治宗教,有時僅為了個人的名譽尊嚴,而令生靈塗炭,打得血流成河,民族滅絕。

正所謂:「興,百姓苦;亡,百姓苦。」戰爭,非常有破壞力和殘酷性,給人民帶來苦難;戰爭,可摧毀一切,甚至摧毀文明和文化。可是,人類卻重複着這個錯誤,不斷發動戰爭,又發明更多更具殺傷力的武器,可說是「樂此不疲」。

我一向很喜歡看戰爭片,而孩童時看的戰爭片,全是荷里活製作,包括美國西部牛仔打「紅番」……對不起,我知這是貶語,對印第安民族有不敬,但美國騎兵一槍一個地殘殺這個民族,又何曾有敬意?

### 英雄主義 劇情荒謬

我又喜歡看以二次大戰時美軍對德軍、日軍作戰為題材的戰爭片。看到美軍拿着機關槍,將一排一排德軍殺死,總是覺得痛快。但現在想來,笨的是我,這樣也信?

一部由畢彼特(Brad Pitt)主演的《戰逆豪情》(Fury),講二次大戰後期,一部故障停在路邊的坦克,由男主角畢彼特帶領四個隊員,阻擋一營精銳的德國納粹黨衛軍。只見畢彼特站在坦克外面,用重機槍將笨拙地衝上來的德軍打死,德軍卻不能打中他。戰鬥結束,坦克外佈滿一團一團的德軍屍體。這劇情合理嗎?

那麼有沒有經典的戰爭片?有!是在重建之前的銅鑼灣利舞臺戲院看的,至今還留下深刻印象。尤記得是在1970年代,是一部由意大利和蘇聯合作拍的《滑鐵盧戰役》(Waterloo),由洛史德加(Rod Steiger,有譯作羅德·斯泰格爾)主演的。那時候,還是中學生,拿着學生證可用優惠價買到「樓座」位。「樓

座」者,即是最高、三樓那層。

那時候的利舞臺戲院,氣派輝煌,銀幕廣闊,又居高臨下,看這偉大的戰爭場面,的確快意。該片導演善用高空俯瞰的鏡頭,看着法軍騎兵,越過小崗,衝向英軍步兵排成的方陣,場面的確壯觀。

導演有時用慢鏡鏡頭播放戰馬奔馳的姿態,看着馬匹四蹄飛奔、肌肉線條抖動、鬃毛揚舞,甚至鼻孔的張合,也配合着衝刺的氣勢。而馬上的戰士,亦揮刀掙槍,喊殺連天。有時戰士和戰馬中彈,在奔馳中突然一個前跳,人和馬一齊倒下,令人驚恐緊張……這就是「經典」,相信現在的戲院不能給你這種享受。

### 成敗關鍵 值得深思

最近看了部《有關戰爭的100個傳奇》的書,由楊明華編著,主要介紹了中華歷史上的一些著名戰事,由「黃帝戰蚩尤」、「鉅鹿之戰」、「官渡之戰」、「赤壁之戰」、「空城計」、「淝水之戰」、「玄武門之變」、「靖康之變」等,亦談及岳飛、成吉思汗、戚繼光、努爾哈赤和吳三桂。文中分析很多戰爭成敗關鍵之處,亦足深思。

至於世界歷史方面,首推木馬屠城的「特洛伊戰爭」,之後到「羅馬帝國」、「十字軍東征」、「玫瑰戰爭」、「美國獨立」、「法國大革命」、「第一次世界大戰」、「十月革命」、「第二次世界大戰」和「中東戰爭」……也有一個大概。

此書我最感興趣的是「動物在人類戰爭中的奇功」,書中提到一些動物,經常與軍人並肩作戰的,有馬、狗、象等,而較為特別的是講到有「白鵝通風報信拯救羅馬」、「導致戰爭失利的貓」、「竊聽間諜與殺手的蒼蠅」、「水下偵測和排雷的海豚」、「蝙蝠這種空降兵」……

此書文字顯淺,容易明白,同學很值得一看,以增加對歷史的認識和有一些系統概念。前蘇聯十月革命領導人、紅軍締造者的托洛茨基說過:「你或許對戰爭不感興趣,但戰爭對你感興趣。」所以,大家要警惕戰爭的腳步,不要妄言戰爭——包括貿易戰。

## 「全港青少年繪畫日2017」作品

### 藝育菁英

隔星期五見報

組別:北區  
姓名:林優晴  
學校:香港道教聯合會鄧顯紀念中學  
評語:畫面構圖唯美,色彩斑斕,層次變化豐富,把天與海互相輝映之美呈現出來,亭子雖在遠景,卻刻畫得十分細膩,毅然在畫面中突顯出來,營造出世外桃源之景。

■資料提供:藝育菁英



## Make the words puzzle(Answers for 3/23) Learn English

Instructions: Read the clues (information that helps you to find the answers) and write the answers in the boxes. Each answer starts with the last letter of the word before it. The last word finishes in the first letter of the first word.

PAP	RA	KNI	CH
WAL	SO	PEN	USH
AP	MB	ROR	PUR
LET	WAT	TIC	DIO
MIR	SE	FE	KET
CO	CIL	ER	BR

- Puzzle
- clean your teeth with this (BRUSH)
  - pull it through your hair so that your hair looks nice (COMB)
  - cut things with this (KNIFE)
  - look at yourself in this (MIRROR)
  - write on this (PAPER)
  - write/draw with this (PENCIL)
  - women keep their money in this (PURSE)
  - listen to music and conversations on this (RADIO)
  - clean yourself with this (SOAP)
  - a piece of paper you need to buy to travel or enter a cinema, for example (TICKET)
  - men keep their money in this (WALLET)
  - wear this above your hand to know the time (WATCH)

To find more English language activities visit [www.britishcouncil.org/learnenglish](http://www.britishcouncil.org/learnenglish)  
Send your feedback to [learnenglishprint@britishcouncil.org](mailto:learnenglishprint@britishcouncil.org)