

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

吳韻鈴

香港布廠商會朱石麟中學

題目：嘗平淡覓清香

近日天氣寒冷，便常與三兩好友結伴去粥店吃上一碗熱呼呼的粥，一肚子下去全身又活起來了不再冷得「畏手畏腳」。吃粥的次數多了，總覺得粥成了我冬日裏的摯友，於是乎我但凡看到某文章上出現個粥字都得多看幾眼，想讀讀別人怎麼寫粥。

正因如此讓我認識了梁實秋這位作家，從他寫粥的文章再到他所寫的其他書籍都令我手不釋卷。

在此便來聊聊他那篇名為《粥》的文章。若不是因為讀了這篇文章，我還不知道一碗樸實無華的粥還可以有不少花樣。就如北方的荷葉粥，在讀文章時我彷彿嘗到那碗粥帶著荷葉的清香在我口中散發開來。粥本是平常物，在各地人民的妙手下有了新花樣。還有那粥界的「花公子」——臘八粥，梁先生稱其為粥類的綜藝節目。吃過臘八粥的人若是讀到這句話相信皆會會心一笑，而小時的最愛的粥便是它，畢竟五花八門的小料都融會在一鍋粥中，那味道唇齒留「甜」，怎會不好吃，而長大後吃的次數倒是寥寥無幾了。在物資匱乏的時代，喝臘八粥是如梁先生所說的「虛應故事而已」，我想在那時能堅持熬上那甜甜的粥，也是帶著認真的態度想給予當時的人幾絲暖意。而如今傳統習俗的不被重視，再看熬粥才可能真是虛應故事了，著實可惜。

不過比起這些各具特色的粥，那小碗不加以佐料的粥卻是我如今的心頭好。我極其享受在看似無味的粥中慢慢品味出不一樣的香甜，那種香是專屬於稻米本身的味道。在我眼中粥其實也能算得上反映人生，每個人的「那碗粥」隨著成長各具特色，不過成長的日子中很多時如白粥一般平平淡淡，要我們細細發掘其中蘊藏的香甜。這也是我愛喝白粥的緣由，可以常提醒著我去多品味平凡生活裏的「清香」。而要是再有人嫌那粥寡淡無味，我定要建議他去讀讀這篇文章且多多細品一下粥。

談完梁先生寫的《粥》，不如再來說說他那篇《喝茶》。雖然我並非茶葉愛好者，但我的父親頗愛喝茶，使我也常與茶打交道。說實話，我起初對茶著實欣賞不來，有些茶初嘗帶著苦澀而有些茶則是平淡無味。所以那時我每逢喝茶都真的只是喝茶，一杯茶一肚子下去便是完成任務了。對此我父親常笑我喝茶如牛飲水，可謂暴殄天物。後來一次偶然，家中來客，父親得意洋洋地拿出他的好茶給好友品嚐。而我頗愛面子，不想被客人發現我不懂喝茶，於是裝模作樣的學著他們如何品茶。本以為沒什麼特別，但沒想到卻品出了些不同。回憶那味道應當就如梁先生品君山茶時的描述：「味品清香不俗。」一杯飲完仍意猶未盡。

梁先生在文中寫了不少茶及與茶的事，印象最深的便是他欲出高價買好茶卻反被店主訓一事，店主是耿直之人直言不以價格定茶之好壞。人常覺得貴的東西好，卻忽略了東西好壞不在價錢而在其本身。喝茶也不應只嘗其表面而錯過了餘韻的清香。雖有些茶一泡開便是茶香四溢，但很多時一些看似平淡的茶，喝完那陣清香會久久留在口中不散去。

粥與茶，在我眼中頗有異曲同工之妙。只因它們皆需我們嘗平淡覓清香。談及飲食便離不開講生活，飲食中的道理也適用於生活。願大家皆能尋覓到生活中的「清香」。

評判的話

- 內容詳盡，語言流暢，敘說有條理，能具體地說出粥和茶為生活帶來清香之妙。
- 內容豐富，感情真摯，命題有心思。

林曉婷

保良局第一張永慶中學

題目：民以食為天

民以食為天，中國人自古以來就注重飲食文化。從器皿到烹飪方法，從到文化流域到菜系，中國人對飲食文化的重視體現在方方面面，影響著每一代人。但隨著時間流逝，還是有不少飲食文化逐漸被人淡忘，這些逝去的文化便成為了人們心中不可缺少的回憶。

上海資深新聞工作者陳詔在整理大量飲食資料後，編輯了《飲食》。他根據飲食類別，將中國飲食分成了主食點心、名菜佳肴、調料瓜果和茶酒飲料四大類，進行詳細的分析和介紹，令讀者對中國傳統飲食回憶有了更深層次的了解。不僅如此，他靈活運用風趣的四大名著和名人軼事，在輕鬆活潑的氣氛中帶出一道道菜背後的故事，易於讀者理解和閱讀，實屬是別有用心了。除此之外，香港專欄作家陳雲也曾在作品《難忘香港食與色》記敘了不少他對城鄉風俗的雜憶，並描寫了香港不同的傳統美食和街頭小食，以平易近人的語調娓娓道來昔日飲食文化的興衰和難忘的回憶。

在閱讀更多有關飲食的書籍後，我感受到了中國悠久歷史中飲食的藝術。有《紅樓夢》中色香味俱全的碧粳粥，有《調鼎集》中肥而不膩的東坡肉，也有香港充滿風土人情的粥衣飯焦，這些美食無不滿載著中國人的智慧與回憶。透過一個個字詞，我恍然間看見了正在揮灑汗水、研發佳肴的古人；轉眼間又看見在人聲鼎沸的酒樓裏侃侃而談的老人家。我的思緒也飄進了作者筆下的世界，暢遊在美食的歷史回憶中，盡情探索著它們背後蘊藏的華夏風情和詩樣人生。

回憶是一葉小舟，在浮浮沈沈中，泛一幕幕兒時的記憶。用帆布隨意搭建的假屋檐下，有一排排簡陋的長桌。我就坐在靠近路邊的椅子上，感受著夜風的涼爽和熱辣辣的煲仔飯。身邊的大人穿著背心、涼拖鞋，端著啤酒瓶碰杯。一時間吆喝聲、風聲和鍋鏟碰撞的聲音此起彼伏，我卻異常享受這種無拘無束、自由自在的熱情，一份只屬於香港人的回憶和情懷。但隨著政府新建熟食中心和自然流失政策，大牌檔的數量日漸減少，那種感覺也僅存在於我的回憶之中。原來，對飲食的回憶不僅僅關乎味道，也是人們對往昔的追憶和感嘆曾經年少的自己。

《回憶的味道》裏有一句令我印象深刻的話：「每道食物，與時間結合，便好像有了自己的生命。」它們燃盡自己的生命，為我們帶來快樂和感情，在我們的回憶中留下它們存在過的痕跡。我們要趕在它們被人們完全淡忘之前，再次點燃生命之火，守護我們珍貴的回憶。與其等待大牌檔永遠消失在歷史長河中，不如整修舊裏的衛生設施，研發更健康的菜色，延續香港地地道道的本土風情？

飲食文化隨著時代產生改變是人之常情，但我們依舊要珍視、好好保存古時流傳下來的菜系和食譜，發揚其蘊涵的民族文化。同時也可以加以改良，嘗試開拓創新，讓飲食文化追上發展的步伐。我相信只要我們願意傳承飲食文化，並將其發揚光大，總有一天我們能在餐桌上再次看到消失的回憶。

評判的話

- 抒情真摯，筆調平穩，多角度呈現飲食文化。

作品以原作展示並以獲獎者姓名排序。
Works are displayed in original form and arranged in the order of the winner's name.

支持機構 Supporting Organisations

教育局 Education Bureau
香港學校圖書館主任協會 Hong Kong Teacher-Librarians' Association
香港創意閱讀教育協會 Association of Innovative Reading
香港貿易發展局 Hong Kong Trade Development Council

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

莊詠恩 妙法寺劉金龍中學
飯桌上的故事

如果說是對飲食的回憶，大概經常能讓我回想起來的便是父親經常在飯桌上提到的話：「把飯扒乾淨，一粒米也不能剩，你知道嗎，我們小時候剩飯可是會被你太嫻嫻直接拿筷子敲的……」。隨之便是一輪父親從前的回憶……從小到大要說聽了多少遍這些故事，可是不下百次，耳朵都快起繭了，可是鑒於父親的脾氣和在家中的地位，誰也不敢出聲。

雖說故事已經牢牢烙在腦中，但是意味還是需要自己慢慢體會。所以越大越明白父親的用意，倒不如說多虧了父親，我對於食物才會有尊敬之意。人們常說「祇有經過失去才會發現其中的得來不易」、「粒粒皆辛苦」等，中國人之所以對食物格外珍惜，也正是經歷了戰爭和饑荒的不易，才體現出與食物無法割捨的珍惜。

我很喜歡莫言對文字的自由，那種追本溯源的純粹。在多次莫言的採訪中他也有提到，他是想頓頓吃上餃子才開始寫小說的。《吃相兇惡》裡對當時饑荒惡劣的環境也有極其生動的描寫，比起閱讀其他類似的文章，他的文章更能令我感到一種極其駭人的恐懼。人們對食物的信念不是吃和品，只是為了活命。在所有能吃的東西都吃光了的情況下，每日都有人因飢餓死去。而當時對於屍體的處理也頗為粗魯，倒不如說是更加真實。到底是有多慘的環境才能導致人們吃樹皮、吃土、吃煤都能越嚼越香？實在是不敢想。在我如今生存的年代，當然是無法親身體驗的，但可能也能稍微明白莫言和無數像父親，像她嫻嫻一樣的人對食物的珍視。儘管未來生活有所好轉，人們對於食物的珍惜已經刻在腦上，刻在胃上，刻在彼此的回憶裡。有了食物，在活命與被回憶支配的恐懼之下，誰還會惦記吃相呢？

不過比起莫言的文章，《定西孤兒院記事》顯得更為殘酷。文章沒有運用什麼抽象手法去描述當時的狀況，因此才能真實又殘忍。人吃人，親手烹飪自己的兒女的狀況也被完整敘述……將一幕幕死亡與飢餓以文字發揮到極致展現眼前。

記得在某次閱讀理解上所見一篇《紅心蕃薯》的文章，令我最為之深刻的便是父親對蕃薯的情感。「大部分人永遠不知有槍聲，只有極少數經過戰爭的人，在他們的心底有一段蕃薯的歲月，那歲月裡永遠有槍聲時起時落。」飢餓成為了當代人民的集體回憶，漸漸成為人們無時無刻不在擔憂的隱患，也正如此食物在他們眼中便是生存的基礎，也賦予了他們對食物獨特的追憶。飢餓促成了民族的苦痛經歷，也成為了不少國內作家的重要題材。如今在遍地描寫著「吃」的文章背後，蒼翠著無數人民的苦難，飢腸轆轆的身影。這是我們這一代人無法真正體會到的。

實際上我對珍惜食物的思想是在後來慢慢建立的。小時候不敢剩飯也純粹是因為父親那令我想就心顫的怒吼，慢慢地，長大後在不少書、文章上都能看到父親口中類似的故事，反而漸漸的明白了其中的含義和苦心。

「所以你們要知道食物得來不易，浪費食物是萬萬不可取的，一定要記住……」我在父親的話語下把碗中的最後一粒米飯扒進嘴裡，細品著。

評判的話

- 層次分明，語句通順。
- 恰當引用不同的作品，真摯表達飯桌上的回憶，內容豐富，動筆有情。

陳博 天主教崇德英文書院
題目：港回味

正所謂「民以食為天」，飲食是所有人的共同回憶，與每一個人息息相關。而香港除了是一個國際大都會，更是飲食文化百川匯聚交流之處。中、日、韓、英、美、法等各式各樣的菜系應有盡有這樣的香港難道不是一座名副其實的美食之都嗎？身處在這美食天堂之中的香港人將忙碌的生活與各樣的美食結合，創造出只屬於香港的，獨一無二的飲食回憶。

說起最愛的美味你第一時間想起的是什麼？豪華的西餐桌上那塊要價不菲的頂級牛扒？又或是燈火闌珊處那檔只需五塊錢的糖蔥餅？或許那滾燙翻騰的火鍋才是港人最愛的美味。何故喜愛火鍋，更認為港人對於火鍋甚是癡迷。他曾經在《香港有火鍋 何故很高興》一文中提及港人除了在冬天會吃火鍋，在夏天也會將空調溫度調低至 25.5 度好讓自己享受火鍋聚會之樂趣。這樣的行為完美詮釋了香港人為享受這種美味的不擇手段。在我的記憶中，火鍋使我身心溫暖。撇開吃下肚的溫熱，圍在鍋旁的歡聲笑語從耳朵穿過心防直下心房。這一刻可以讓大人小孩都忘卻煩惱，進入數小時的世外桃源，在這數時之間人人都可如李白般不羈。也許這片刻間歡快的回憶便是生活急促，工作繁重的香港人對火鍋如此愛不釋手的原因。

不止香港人喜愛吃，就連來自內地的作家張粵也受香港這個美食之都影響，使她遠赴元朗一嘗香港酒樓的滋味。但張粵在文中比起食物的味道，更詳細地描刻出在「大榮華」排隊等座的盛況。偶有經過時亦見用餐的人像在開會，排隊等座的人又如靜座示威般。她說這般景況已是它的特色，更加是香港飲食文化的一種象徵。我覺得她說的也不無道理，香港人喜歡排隊的文化早就見怪不怪。美味的要排排看，新奇的要排排看，總之去到哪就排到哪。試問在用膳時間有那一間餐廳是不用排隊的？用膳時間的人流哪怕是快餐店也無法負荷，就算店員已經忙得不可開交仍然大排長龍。但正正是因這獨特的排隊文化佔據了港人飲食的其中一部分，才使得香港人的飲食回憶變得絕無僅有。

但真要說最能代表香港人的飲食回憶的味道，莫過於那勇於創新且敢於將中、西式融合，最終化作港式味道的茶餐廳。高皓正在文章中說到：「我們可以沒有日本的壽司，蒙古的小肥羊，也可以不再去美心喝茶吃個包，但我們就是不可以沒有了茶餐廳。」可見他也是其中一位茶餐廳的忠實粉絲。而我是絕對贊成他的意見的，茶餐廳為繁忙的生活增添樂趣。那塊標示着每日午餐的黑板上總是出現不一樣的選擇。昨天有咖喱牛腩飯，今天有「男人的浪漫」，明天有白汁雞皇飯。保證你一周七天中每一天都能變着花樣享用美食。茶餐廳中的佼佼者就不得不提澳洲牛奶公司，他們以上餐速度馳名，實在沒有其他詞語比即點即到更適合形容他們的速度。但其他茶餐廳也不遜色多少，可見茶餐廳繼承了香港生活的「快」字。

吃火鍋時的輕愉，酒樓等座時排隊以及茶餐廳食物選擇的多樣性與速度。對於港人看似是再平常不過的事情，卻是我們將香港文化融入飲食所創造的回憶，是組成香港的飲食文化的重要一環，亦是我們心中視為家鄉的味道。

評判的話

- 行文流暢，結構嚴謹，連繫所見所聞，道出香港的飲食文化。

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

曾漫南 保良局胡忠中學

題目：民以食為天

你知道什麼朝代最看重吃的嗎？宋朝。正所謂「民以食為天」，在宋朝人眼中「吃」是最重要的。為了了解他們為了吃的能去到什麼地步，故從劉海永的《大宋饕客：從早市小攤吃到深夜食堂》（台北：時報出版社，2019年）及李開周的《食在宋朝：大宋餐桌上的料理實驗室》（台北：大旗出版社，2020年）以作參考，分享我個人的讀書心得。

每當我拿起筷子，夾著熱騰騰、冒著白煙的豆腐時，我就會開始想像：如果把豆腐放在熱衷改造食材的宋代人手裡會有什麼變化呢？是會把它雕刻成精美絕倫的雕塑，還是把它打造成我們吃不起的名貴食材呢？

其實我的想法可以說對，也可以說錯。原來，宋朝美食家把普通的豆腐加上芙蓉花，就變成精緻可口的「雪霞羹」。甚至他們可以把廉價的豆腐變成「藥方」，令飢餓的人們恢復腸胃功能。小小的、不起眼的豆腐就在宋朝人的機智下化腐朽為神奇。美食，讓我們與宋代人的距離拉近，即使身處於傳統文化逐漸消失的時代，我們仍可透過美食接觸古人的生活。

記得小的時候，東坡肉是我的最愛，它也是餐桌上最常出現的一道菜。每當我考完試，抑或有什麼值得慶祝的事情，媽媽都會在廚房忙忙碌碌一個多小時，然後把一碗煮得軟爛而又彈牙，鮮豔而又濃郁的肉端出來。不止我喜歡吃，我的同學、老師也喜歡吃，甚至連古代不同朝代的人也喜歡吃。很多人以為東坡肉是由蘇東坡發明的，其實不然，蘇東坡確實有料理過豬肉，但根據史實，蘇東坡應該沒有做過東坡肉。不管東坡肉是不是從宋代開始被發明出來的，真正的歷史如何都不能影響我們對東坡肉的喜愛。美食，能打破人與人之間的隔膜，促進人與人之間的交流。不管我們之前多麼的陌生，只要我們同樣愛吃東坡肉、獅子丸、酸辣湯……我們就有共同的話題。

每當過年，家中的長輩都會殺雞、鵝、鴨；宰豬、牛、羊，用以祭祀神明及先輩。祭祀儀式完結後，肉的部份當然是給我們吃掉了。可是舊時代的人總是認為每一部份都不應捨棄掉，因此連動物的內臟、血液等都被保留下來。而這些奇特的食材應該怎麼吃呢？聰明的宋代人一早有解決的方法。首先鴨的脖子會被割開，然後把牠們的血液滴在大碗中，然後他們再把一些調味料加入去大鍋，用開水燙一燙。最後一碗鮮紅的鴨血就製作完成，每年的年夜飯總是會有這一碗鴨血出現，小時候的我總是非常嫌棄及害怕它，我覺得這是惡魔的血，但長大後卻莫名逐漸接受了它。它是團圓飯的象徵，沒有這道菜，這個年節的氣氛也會淡下來。

古人的智慧並沒有因為生於落後的時代而受到削弱，反而在一道道名流千古的菜式中發揚光大。即使生於現代，我們仍舊能夠品嚐著前人的研究成果。一道又一道膏齒留香、垂涎欲滴的美味佳餚，承載著古人的智慧與心力，繼續造福往後千秋萬代。

我是一個喜歡美食的人，所以看書的時候亦格外關注美食的由來及做法，偶爾看見看見它們的存在，我都倍感親切。也因此我很喜歡作者所寫的「萬千繁華終成土，無限風光在腳下」，他把宋代古人活在當下，珍惜現在的價值觀體現得淋漓盡致。

評判的話

- 文筆通順，論述有條理。
- 內容豐富，描寫生動，把飲食文化具體呈現。

楊淑華

佛教大雄中學

題目：回憶中的味道

隨著時代發展，美食也不斷創新，我們熟知的香港本地美食雞仔，從單調的一張餅被加以改造，淋上霜淇淋，撒上各種配料，例如朱古力碎，各種水果等，冷熱結合，軟甜相融，深受年輕人的喜愛。來到香港越久，越是回憶起曾經的味道，在創新的時代中追尋舊憶的味道。

我並不知道香港人是否喜歡吃腐乳這種東西，但在我的老家雲南，腐乳是家家戶戶必備的，在沒有錢給孩子交學校午餐錢的時候，就一碗白飯配上腐乳或是搭配白粥，就能吃好久。但到了現在，又辣又齏的味道已經消失在餐桌上。但在《香港味道：回味一百種香港食物》這本書裡〈我愛腐乳〉一文中，作者說他家中永遠不缺腐乳，因為即使可以吃大魚大肉，但也會造成飲食疲勞，每當這時他便會白粥送腐乳，“食完成個人舒服囉”他這樣說，我深感贊同。不知道還有多少人和他一樣會把這種廉價小食當成美味呢。

同書中的〈蔘雞湯〉一文也同樣勾起我的回憶，湯水是廣東人的命根，既可以是桌上的一味美食，也有食療的作用。剛來香港不久的時候，每每約朋友出來吃飯，就算他們已經吃得很飽脹，依然會被家人的一個電話帶走，問他們為什麼，他們回答：「阿媽煲咗湯啊。」我一直很好奇香港人是不是都有另一個胃來裝湯。曾經我不相信食物能夠治癒人身體的毛病，直到我媽媽也被這種「煲湯習俗」感染，每隔一段時間就煲一次湯，什麼花旗蔘烏雞湯、花膠豬肚湯，就連文章中作者喜歡的雪耳雞湯也出現過，我的腸胃日漸變好，身體也越發結實，到了冬天手腳都不容易變冷。但老實說無論曾經或者是現在的我都明白這些大補湯的好處和媽媽的愛意，但始終無法進化出香港人的「喝湯胃」。

回憶曾經，不知是否有人記得曾經街頭巷尾「叮叮叮」的敲打聲，那是用麥芽糖椰絲之類的材料做出的一大塊硬糖，因為堅硬所以賣出去的時候要按客人的需求用錐將糖敲碎再按重量賣出，這便是「叮叮糖」。有人說它的味道不算突出，只是在於手制工序有些難度，所以慢慢消失在糖果繁多的現實世界。但一同消失的還有什麼呢？曾經放學路過敲糖的奶奶身邊，總是眼饞卻沒錢買，等賺到錢去買的時候，老人家總是笑著多放幾塊。有時你只是和她聊一會兒，都能得到一塊甜滋滋的邊角料。等過了放學高峰期，老人家就敲著槌子，「叮叮叮」地離開，在其他街道繼續人情味的叫賣。如今堅持這門手藝的人越來越少，越發遠去的叮叮聲也帶走了人們之間的人情味。

我會想念不同的味道，無論是老家雲南的炒乾巴或是香港的虎皮雞爪，每一樣食物都是一段回憶，炒乾巴是雲南的特產，虎皮雞爪是廣東一帶茶樓必不可少的小食。曾經沒人會覺得叮叮糖會失傳，正好如我們現在不會覺得虎皮雞爪會慢慢淡出功能表一樣。即使它現在只是一盤普通的小菜，但也許多年之後，是否會有人回憶曾經在茶樓，孩子們爭著吃它，熱熱鬧鬧好不歡樂！我們的飲食除卻口腹之欲，便是情懷。而《香港味道》的作者也深知這一點：「一個回不了去的從前，今日剩下的情懷，令我明白愛要及時，令人回味無窮的我稱之為「香港味道」。

評判的話

- 內容加入不少生動的對話，結構井然有序，文筆流暢。
- 行文流暢，感情豐富。

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

劉付以彤 梁式芝書院
題目：食的情懷

古者常言，民以食為天。柴米油鹽醬醋茶，早晚中餐加夜宵，吃，是生活中不可或缺的一部分。味覺五感，酸甜苦辣咸，恰恰也是構成完整人生的點點滴滴。一道菜，一種感情，一個故事，一段人生……

無論是汪曾祺先生的《慢煮生活》，又或是梁實秋先生的《雅舍談吃》，每每讀的時候首先是吃，繼而是幻想畫面，但在腦海中浮現的畫面裏最清楚顯目的往往不是色香味俱全的六道美食佳餚，而是畫面中每個人臉上的表情神色，是怡然自得，或是百感交雜。

在《慢煮生活》中，個人最喜歡的一篇是《故鄉的食物》，文中描述的鹹鴨蛋紅油外流，鹹香四溢，無敵下飯！這喚醒了我在外婆家的記憶。記得在小時候，家鄉並沒有豐盛的早餐，而鹹蛋配白粥，是早餐的不二之選。一雙木筷，一碗白粥，一個鹹蛋，一家人相對坐著，其樂融融，時光彷彿都慢了下來。在緩慢而樸素的假期裏，我們翻山地下地，在種滿糧食的土地裏穿梭，享受著生活的樂。

在書中的扉頁上有這麼一段話：一個人的口味要寬一點，雜一點，“南甜北咸東辣西酸”，都去嘗嘗，對食物如此，對文化也應該這樣。

《慢煮生活》中描述著平淡的生活過出了趣味和令人嚮往的風土人情。他的淺言片語間，總是能讓人讀出各種各樣的情感。這情感，真摯，自然，因為它來自對生活的熱愛，對一片土地的眷念。書中告訴我們要在生活中記住每一處花花草草，嘗試著去和不同的人與物心靈溝通，嘗遍江南美食，走過萬水千山，就算是自己周邊的環境，當你仔細觀察著身邊的人和物，也別有一番風味。整本書都是用輕鬆的語言，沒有一處負面情緒。就算在看清生活的真相，但依然熱愛生活，這就是作者感受生活的最高境界。

關於夏日之食，有許多清涼解渴的食物，最好的便是那清涼解渴的酸梅湯。正如梁實秋在《雅舍談吃》裏回味把蓮蓬桃仁杏仁菱角和藕都放在冰塊上的名件「冰碗」，不僅是唇舌和胃的邀請，也是心的迫不及待。

回想小時候，在炎炎夏日，人們開始抱著各式冰鎮飲料不撒手，或者買一支冰棍雪糕，又或者捧半個盈滿汁水的冰鎮西瓜，但我們總會被長輩嘮叨，要你快些品嚐他們自製的解暑佳品，色味俱佳的茶飲糕點，讓因酷熱而疲憊的胃口提起興趣。梁實秋先生記憶裏的「冰碗」，用酸甜冰涼對抗酷熱，僅是配料書於紙上，就讓人心生嚮往，迫不及待想趁著夏日正濃喝上一碗。

從街頭小販的吆喝，到饕餮宴席的名菜；從接地氣的民間小菜，到精美點心；從北方的烤羊肉，到南方的糖醋魚，回看梁實秋先生的《雅舍談吃》，看他對不喜歡的食物嬉笑怒罵，對喜歡的食物描述之動情，各式美食加之先生風趣的筆墨，讓人口齒生津。梁先生的字讓我代入其中，領會到先生所認為的極致美味所在。

歲月的齒輪靜靜地轉動，帶走了時光，卻帶不走我對家鄉的那份深深的依戀，帶不走想起家鄉時，那些飄香的美食。

評判的話

- 文筆平順，融入兒時回憶，鋪排頗具心思。
- 真摯表達了作者的情懷，見解真切，明暢精練。

劉依琳 北角協同中學
題目：美食烙印

美食其實是最揪人心的烙印，味蕾的刺激總是牽扯著人心，使人勾起那珍貴而又深刻的記憶。舌尖的滋味更是時光的滋味。我們每次嘗過的味道就如一張張錄下令人回味的美妙樂曲的鐳射唱片，由味蕾轉存至腦海，不管過去多久，每當味蕾再一次觸碰到這個味道，大腦便會立刻翻出當年的存儲，播放起那段味道所記下的酸甜苦辣。

誠如作家周淑屏，每當提起「甜」，她與母親的歡樂時光便不斷重現：「以前，媽媽放工會到樓下士多買糖果給我，她每一晚也會把糖果放到我的枕邊。」「甜」是因母親對她那如糖果般的愛，甜甜蜜蜜，化開心中所有的不快。「這個小學動看似簡單，但媽媽正是因為記得我和關心我，所以才會每一天也記得買糖果。」這正是糖果的「第五味」——在她心中，「甜」是與母親美好時光的味道，更是母親「愛」的滋味。

尤其令人印象深刻的是《邊吃邊寫》裏的〈杏仁糊的遺憾〉。童年的生活雖然不富裕，但是「哭」中也很「甜」。她與媽媽一起「瞞著」姐姐偷吃杏仁糊，享受其中之香「甜」潤滑。但後來母親因病辭世，這份遺憾便由「甜」變成作者心中的「苦」。「苦」的是她未能在媽媽病逝前買一碗香滑的杏仁糊給她；「苦」的是她以後再也無法和媽媽一起偷吃杏仁糊；「苦」的是她再也見不到媽媽了。糖果的「甜」對周作家來說是母愛的滋味，那杏仁糊和芝麻糊的「甜」便是她品嘗母愛滋味後瘋狂襲來的遺憾。但人生本就是甜中有苦，苦中有甜。雖然有遺憾，但我相信這份「甜」之溫馨回憶會成為作者未來遇到「苦」的糖果。

在《我在茶餐廳品嚐到愛》中，她相信每個人在茶餐廳都能找到自己喜歡的菠蘿油。讓我不免想起小時候，我經常和爺爺一同到樓下白底紅字茶餐廳吃早餐。後廚總是能熟練的接住食客飛來的暗號：「沙爹牛麵轉丁，方包走油飛邊，反蛋，茶走！」而我最愛的永遠是菠蘿包。熱呼呼、酥皮、半厘米厚的黃油，一口咬下去，麵包鬆軟酥脆到不行，冰涼的黃油溫柔的嵌進牙齒，再慢慢融化，簡直就是幸福噴泉。那時，爺孫倆過得好不快活。後來，爺爺去世了，那間茶餐廳也被商業淘汰了。但是我依舊會去其他茶餐廳，依舊會點菠蘿包，卻再也嘗不出童年的味道了。

無論是從《我在茶餐廳品嚐到愛》，還是到最近的新作《邊吃邊寫由味覺到創意寫作》，周淑屏刻畫的平民小吃故事都在告訴我們：美食是人與人一種感情的交流，是大家相聚的溫馨，更是心底裏最溫暖的回憶。無論我們去過多少地方、吃過多少珍饈佳餚，最懷念的還是那份飽含「情」的美食。因為時光將味道烙印在我們的味蕾上，隨生而生，永不磨滅。

評判的話

- 內容充實，講述人生和飲食帶出的甘苦，語句通順。
- 例子引用得宜，情感流露自然。

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

蔡佳欣

世界龍岡學校劉皇發中學

題目：虛齒記

《虛齒記》是曹流影老師所作的一篇蘊含豐富情感的書，人生中的各種調味劑給美食增添了一帆風味，在反覆咀嚼中變得五味紛呈。其中《核桃玉露》及《越不過棗泥嶺》兩篇讓我品嚐到人生的苦與苦後的甘甜。

《核桃玉露》講述作者非常喜愛喝香淳濃稠的核桃糊，每當他吃到都會回憶起小時候他最喜愛的琥珀核桃，只有去親戚家拜年的時候才有機會吃，而那位叔叔則是每次都剝好殼用一個大碟子裝好給作者品嚐，作者每次都將糖核桃當飯吃，吃飽了便會與親戚家的孩子打鬧了不停。而就在某一天的早晨，作者得知那位叔叔因中風去世了，他也深知再也沒有剝好的糖核桃了，每當再次品嚐，感受到的只有核桃外層的苦澀，或許他會感到遺憾，遺憾為何沒能見上最後一面，遺憾沒來得及說再見；或許他會感到氣憤，氣憤為何不陪伴在他的身邊，氣憤失去時才懂得懷念；或許他會感慨，感慨人生為何會有離別，感慨為何會有想念。是啊，調味料被打翻時最先品嚐的是苦。我們年少時不明白，有些樂章一但開始唱，唱得就是曲終人散，有些美食一但品嚐，那便是回憶。學校裏的小賣部裏的小食，又會品嚐到和外面不一樣的味道。同學們都蜂擁而至往樓下小賣部衝去，一下樓就看到遠處熱氣騰騰的香煙開起，剛出爐的美食很快就被掃個清光，同學們一邊狼吞虎嚥的吃着小食，一邊滔滔不絕的講述上課時發生的趣事，所以和朋友在一起是最舒服又愉快的時光，但我們不得不向時間低頭，很快六年將會如美食般經過消化而消失，但味道和與何人一起品嚐則從未遺忘。即便各奔東西，還是會相見，即便調味瓶打翻，也會品嚐到一絲的甜，哪怕最後永遠也不見，回憶也將永遠記錄在心裏，永遠不變。

而《越不過棗泥嶺》講述在他鄉的街邊無意中品嚐到了家鄉的美食一棗泥。有的人因各種原因被迫背井離鄉，在他鄉的傍晚家火燈明，飯菜飄香，但沒有一盞燈是為自己而亮，「人言落日是天涯，望極天涯不見家。」到了家卻只剩下那冷清的空屋，以前的一日三餐都可以一起吃，而如今卻要等上半年甚至再也見不到，我煮起了一碗雞蛋麵，放上幾粒蔥花，這碗麵冒着濃煙香味湧入鼻腔，記憶隨着香味飄到了以前，外婆總會在放學時煮一碗熱氣騰騰的雞蛋麵，上面會放許多香蔥，可小時候的我不喜歡香蔥的味道，便在院子裏又哭又鬧，而每次外婆都會重新給我再煮一碗。如今我已習慣了蔥的味道，但再也無法吃到外婆的雞蛋麵了。為何明明是同一樣東西，但在不同的時間又會不一樣呢？如果思念有聲則將振耳欲震，但世上哪有那麼多的如果？時間還在不停向前，我們也要向前不斷的奔跑，總有一天我也不再執着於雞蛋麵是否有外婆的味道，那麼才能成長。

我以為所謂的告別一定要有重大的儀式，要有不捨的懷抱，暢快的派對，由衷的再見，但現在我才發現，來日不一定方長，很多時候告別就在不經意間發生而悄無生息的離開，你永遠都不知道哪一次的見面會是最後一面，所以我們應該活在當下，做想做的事，見想見的人，不留遺憾，沒有不甘。如同核桃，苦後永遠是香甜。

評判的話

- 文筆流暢，感情真摯，滲透離愁別緒，選材具心思。

蔡逸彤

香港布廠商會朱石麟中學

題目：百味人生

人們總是喜歡回憶過去，無論是否苦澀，都想在曾經的足跡中尋找到值得回憶的事物。他們會聽著當時的音樂，思緒沉浸在桃花源；他們會用指紋摩挲過塑膠片的每一處，在微乎其微的痕跡中尋找回憶。

懂得享受生活的人會用最平常的食物讓生活增加趣味，創造屬於自己的獨特回憶。就像三毛《沙漠中的飯店》的故事，她說到自己很喜歡煮食，在不瞭解中國文化的丈夫面前，她總將菜式說得天馬行空。在他驚訝的目光下變著花樣烹飪各種「奇怪」的食物，哄騙丈夫吃下。三毛將歲月靜好的生活和食物串連起來，描繪得充實有趣。在物質匱乏的世界裏安貧樂道，把平淡的生活過得像詩般愜意。

在中華五千年的燦爛文化裏，也有許多人拜倒在美食的石榴裙下。他們用刺激味蕾的方式，調出回憶切片，暢遊在烏托邦。作家梁實秋也不例外，他撰寫了許多關於美食的作品，而其中令我印象最深的是《雅舍談吃》，裏面記錄了北京的各種特色吃食，文筆風趣，讓人回味無窮。雖是食物，但毫不枯燥，記載他北平熟悉的味道。閱讀起來，便彷彿穿梭在北平狹窄的衚衕里，吆喝聲陣陣。

如果要說書中給我感觸最多的文章的，便莫過「糖葫蘆與酸梅湯」的故事。那時正值夏日，蟬鳴不斷，大地熱得像烤爐。可在閱讀時，卻神奇地感受到一陣陣涼風，還有那涼沁脾胃的舒爽。不過，這篇文章給我留下深刻印象不單只是炎炎夏日中覓得一絲清涼，更重要是它喚醒了我的記憶。

在我的漫漫人生中，也有一碗永遠不會乾涸的湯……

我的生活裏，沒有作家筆下的各種奇遇，沒有各種山珍海味，最深刻的只有奶奶砂鍋裏褐色的湯。奶奶煲的湯我從小喝到大，但是小時候我是極其不喜歡喝湯的，因為奶奶總喜歡放各種藥材：祛濕的、清熱的、保護腸胃的……她也總像三毛哄騙荷西那樣，變著法子，讓我多喝幾口。但湯總是苦澀難咽，而小孩只喜歡吃甜膩的東西。無論每次奶奶怎麼哄著，我總是選擇不喝。但多次之後奶奶的耐心也耗盡了，見如何都不管用便罵我，嚇唬我要向父母告狀，於是我便更抗拒喝湯。

直到我長大了，無意中閱讀了梁實秋的《雅舍談吃》。當中有一句話令我印象最深：「人生有限，吃一頓就少一頓，每一餐都不能辜負。」腦海中不禁浮現出奶奶的身影，以及北島的一句話：「人在的時候，總以為有機會，其實人生就是減法，見一面就少一面。」心裡便像那碗湯一般苦澀，不禁懊惱當初的不孝。而在奶奶再次煲湯時，我依舊遲遲沒有動手，不同的是，我並沒有再向奶奶發脾氣。我盯著那一大煲湯，忍不住喝了幾口，似乎與記憶中的難喝並不重合。

郭慕清說：「這世間萬物，道理千萬，其實也不過是一碗人間煙火。」而人的一生最長不過幾十個春秋，酸甜苦辣，回首一望都是煙消雲散。得失，愛恨，憂樂也顯得並不複雜，只是我們都缺

乏三毛那種將生活過成詩的能力。但人間苦短，我只希望在這幾十年讓人生最簡單的飲食，像細心品味所有食材一樣感受所有感情，享受在其中，溫暖、舒適。如梁實秋所寫：「閱不盡的人間食話，品不完的百味人生。」

評判的話

- 文筆流暢，措辭誠摯，鋪排具心思，內容前後呼應，連繫兒時回憶，娓娓道出個人體會。
- 引用不同的內容去輔助表達作者所抒發的情意。

香港 Hong Kong

高中組 中四 (S4) ▶ 中六 (S6)
Senior Secondary

蔡詩穎

北角協同中學

題目：熟悉的老味道

人世間總會有那麼一種味道帶你回到過去，那永恆的滋味，留下的永遠不僅存在於味蕾上的記憶，更多的是對於昔日生活的記憶與懷念。

太久，太久沒有嘗過祖母煮的食物了，直到讀了周淑屏的《邊吃邊寫》後，才逐漸憶起那份祖母用「愛」去烹飪的味道。《邊吃邊寫》寫的是富有港式特色的美食以及和吃有關的溫情故事，書中有些故事，和我與祖母之間的故事相似，其中提到的許多食物更是從前祖母做過的美食，菠蘿包、碗仔翅、豬腸粉……看後讓我遲遲不能釋懷。「菠蘿包要在剛做好的時候加點椰蓉，會更美味」，「碗仔糕提前冷水稀釋會更濃稠」、「豬腸粉沾海鮮醬及花生芝麻混醬最香……」一切言猶在耳。

在這本書中，我更看到我永不再見的爺爺的身影。書中一篇文章名為〈杏仁糊的遺憾〉，故事講述母親沒什麼錢，卻花了一部分工資給作者買芝麻糊，滿足作者；而到了作者母親臨終前想要喝杏仁糊，作者拼命攢錢，但最終依舊無法讓母親如願。杏仁糊的醇香，就仿如作者和母親之間的感情，深沉中透露出美好。

而我的記憶深處，是爺爺及一顆滷蛋、一塊滷肉的鹹飯的故事。記得當時爺爺工資並不高，只能常常吃鹹飯果腹，而我每次當跟他說我也想吃鹹飯時，鹹飯裡面總能多一顆滷蛋、一塊滷肉，兒時的我以為正常的鹹飯裡都有加這些，所以總跟爺爺說：「反正爺爺您常常吃，能否把滷肉或者滷蛋給我吃？」但爺爺總是要跟我玩「剪刀石頭布」的遊戲，然後每次都輸掉了，就把滷蛋、滷肉都給了我。兒時的我不以為然，只覺得爺爺的運氣好差，直到後來爺爺去世，我聽了母親說才知道，原來一份正常的鹹飯裡是不可能沒有滷蛋和滷肉的，都是因為爺爺希望我吃好一点，所以特地去買本滷肉和滷蛋加到裡面。再後來每當我吃到鹹飯時，我常常在想：怎麼可以這樣呢？爺爺怎樣做到都是輸？為什麼總是把最好的留給我？後來，我仍舊常常吃那熱騰騰、鹹香可口的鹹飯，但是似乎永遠吃不到當初的味道了。當初的味道也將永存在我的記憶中，永不忘卻。

倘若祖母通過港式美食教會我做事要認真細緻，並且富有多元化的思考方式，那麼《閩味兒》教會我的便是通過描寫滿滿的煙火氣，濃濃的人間味，用食物召喚親情、寄託愛。通過閱讀這本書，喚起我許多兒時的回憶，記憶中的母親總是溫柔婉約的，而母親的手藝超凡，炒得一手正宗的閩菜。而書中作者提到的每一道菜似乎都曾被母親拿捏的剛剛好，一方水土養一方滋味，天時、地利、能工巧匠造就了屬於閩南特色的美食：海灘之鮮、酒糟之醇、清茶之香，作者每一篇文章，都讓在福建對岸的我，舌尖上彷彿也有了些滋味。福鼎肉片、八寶芋泥、爆炒雙脆、酒糟紅螺、莆田鹵面、海蠣煎……皆寄託著我對母親的思念。在對岸，在海的另一邊。

日曆被一頁頁撕去，時間也不斷的流逝，冬日的暖陽照著我，我眯著眼，反覆回憶，只為記住那一絲熟悉的老味道。

評判的話

- 文筆通暢，措辭誠摯，鋪排具心思。
- 描寫生動，懇切動人，行筆簡明，能流露真摯美好回憶。

蕭健邦

鄧鏡波學校

題目：螃蟹喚吾憶情真

談起我最愛的美食，當屬蟹莫屬！梁實秋先生的《蟹》說：「蟹是美味，人人喜愛，無分南北，不分雅俗。」品嚐這般佳餚，不少人不惜化為老饕，無懼其寒涼傷身！我對螃蟹情有獨鍾，只因這美食背後蘊含了許多深情，寄託了重家庭的文化。

螃蟹的品種凡多，例如：中華絨蟹、武裝梭子蟹、紅星梭子蟹等等。在我的觀念裏，海產幾乎都代表著昂貴。因為這「貴」，我深刻能體會舒國志先生《窮中提吃》提及的「中國之吃，恆與記憶相佐，頗賴一種叫『回味』的東西。」由於我家境不富裕，雖沒有舒先生在亂世掙扎求存的窘迫，然而吃蟹的機會仍是屈指可數。當然，人大了，美味以外，我又窺探蟹背後更豐富的一面。

品嚐讓我明白了及時行樂的道理。記得某次出席親朋的宴席，我就曾吃得肚滿腸肥，不曾想主菜尚有一道武裝梭子蟹料理。記得那冬瓜花蟹湯擺在宴桌上時，那滾燙的白煙接連不斷地撲上空中，花蟹的香味頓時瀰漫在整個宴會中。然而，桌上賓客卻沒有人人哄搶，反倒是備酒道茶，然後才施施然分蟹。梁氏引《晉書·畢卓傳》：「右手持酒杯，左手持蟹螯，拍浮酒船中，便足了一生矣！」未成年的我，忽然明白人生之美在慢，在細味，在悠然自得。我固然不能喝酒，但受親友感染，品嚐茶也很覺得樂陶陶了。

品嚐也讓我明白共聚天倫的美好。記得某次奶奶壽辰，當時正是秋高稻熟時節，也是吃蟹的好季節。我對吃蟹朝思暮想，為了口福而對奶奶的囑求，奶奶也說自己希望嘗鮮。母親因利乘便，她就以賀壽為名親自到菜市場採購十來隻大閘蟹。兩指招住蟹匠，任牠雙螯亂舞，但隨即就被小販給敲暈了。

煮蟹實在繁瑣，即便味美，吃多了也必須用新花樣烹飪。也斯先生在《螃蟹前行的姿勢》所言：「仇恨像大閘蟹，年年以新的面目回來？」既說對大閘蟹念念不忘，也說珍饈美饌總不能年年一樣。

母親先將大閘蟹們放到水盆裏面解凍，牠們不一會就生龍活虎了，然後就開始刷洗、蒸爛、去殼、剪螯、勺蟹粉……母親忙得汗流浹背，雙臉通紅，最辛苦繁瑣的部分籌備完畢。她隨即呼喚我和她一起包餃子，讓我也能樂在其中。其實，我哪能幫得上忙，經過胡亂搓揉捏，弄的小籠包實在不堪入目。可是，我和母親其樂融融的記憶卻銘刻在我在心中。奶奶的壽宴上，親戚們陸續地來到我們家賀壽，看到我們準備的佳餚，聞到那撲鼻的香氣，一致拍手叫好。

奶奶因年老而胃口不佳，與其說她喜歡大閘蟹，還不如說她更喜歡餐畢的薑茶驅寒，喜歡蟹云云，只是寵溺我而假意為之，我甚至分到了屬於奶奶的蟹腿。因平常當到蟹肉的機會並不多，母親便吩咐我要慢吞細嚼。

直到我奶奶逝去，我才後知後覺明白共聚天倫的難能可貴！三代同堂在如今的世代已不多見，沒有了奶奶，親戚走訪的次數寥寥；母親漸見憔悴，烹飪螃蟹的次數也越來越少。如今，我偶爾吃到螃蟹，雖說為其美味而驚艷，然而緬懷的還是年輕賢淑的母親，離我而去的慈祥奶奶。林文月女士在《飲膳札記》的話讓我戚戚：「歲月不饒人……每一種菜餚的瑣碎往事記憶，對我個人而言，亦復值得珍惜。」

評判的話

- 內容圍繞品嚐，穿梭於不同文章和個人體驗之中，感情描寫真摯動人。
- 文章真情流露，感受至深，把品嚐的情懷描寫細緻，內容充實，能多引用詩句，令刻劃更生動具體，寓意深遠，措辭得體，水準之作。