

### 今時今日，在港務農已是天方夜譚，但在五、六十年前，香港的確曾是魚米之鄉，耗地面積比城市多出數倍。在呎價比米貴千百倍的今天，農村變成了發展的障礙，米農自己也飯碗不保。在股、樓兩市賺大錢的你每餐都吃剩飯菜嗎？我誠意邀請你落田做半日農夫，到時你便會明白「粒粒皆辛苦」的真正道理！

文：黃樂文  
圖：黃樂文、星島圖片庫  
模特兒：Michelle、Samantha  
(Talent 100)



綠田園的兼職導師馮鏡釗(左一)，本身是土生香港農民。

### 種稻時節由天定

「清明下秧、大暑時，二月清明秧在後，三月清明秧在前；芒種下秧，立冬滿田空。」土生香港農夫馮鏡釗口中唸唸有詞，原來幾句筆者不大聽得懂的口訣，已道出了米農一年兩造的種稻日誌。大致意思是：稻田的早造約在每年清明節播種，大暑之時插秧。若清明在農曆二月，過了節才插秧；若在農曆三月，則過節前插秧。「芒種」在西曆六月初，那是晚造播種插秧的時間，立冬前完成收割。

劉哥說：「香港種水稻一年有早、晚兩造，做法也有不同。早造要先把穀種浸三至四天，讓它發芽；晚造則播乾穀，晚造的秧苗因生長時間較長，所以要先斬去頂部才插入稻田栽種。」這些口訣是農民經年累月所得的智慧，農民一年的工作時間表，一切均由農曆節氣安排。「種稻的時間由節氣規管，就算不同地方也根據着大致相同的口訣，不會變。」

# 港米絕版收割 惜食反思



### 一家七口九斗地

劉哥是百分之百的港產農民，出生自務農之家，父、母親都是農民，五兄弟姊妹時已幫忙打理家中近七萬平方呎的農田。「我家的田在黃大仙，位置大約是現時警署及電話機樓後面，以及鑽石山蟠龍苑附近一帶，總共有九斗地，以每斗地1280平方呎計算，多除少補，總面積約有七萬呎！當時父母一人主理，我們幾兄弟姊妹年紀尚小，只能稱為輔助。」他本人則務農至上世紀八、九十年代，可說是本港末代農民，所種的主要是鮮花和蔬菜。「在農民眼中，種水稻的經濟價值較低，因為稻米平均只有約八至九元一斤，每畝田產量約五百斤，脫去穀殼後重量剩下七成，相比種花和菜的成本效益低得多。」

莫說種米，香港今天的花、菜農已所餘無幾，真正殺死香港種米業的不是市場需求或經濟轉型，而是高地價政策。早在未有法例規管之前，不少農民見耕作無利可圖，紛紛改變了農地用途，租給別人做貨倉、停車場甚至建屋。「戰後香港仍有種植稻米，在上世紀六十年代開始慢慢式微，我可大膽說，自1962年起香港已再沒有稻田。上世紀七十年代香港工業起飛，農民都放棄農田，改到電子廠、製衣廠打工，各大米號亦相繼改售內地、泰國及其他地區的進口米。」現在，本港僅餘的兩片稻田，其一在政府漁護署經營的上水大龍實驗農場內，另一片就在粉嶺嶺南綠田園。劉哥自退休後，便到這裏做兼職導師。「現時香港的稻米可說是到了「零產量」的境況，綠田園在1992年3月開始在這裏種植稻米，並舉辦專業活動讓市民體驗插秧、收割的滋味，除了讓下一代了解耕種的步驟外，更重要的是宣揚「粒粒皆辛苦」的道理，無論成人或小朋友都應珍惜食物。」

### 你吃過元朗絲苗嗎？

正如劉哥所說，香港農業全盛時期，也盛產香綿的稻米。「最出名的是珍珠矮及元朗絲苗，前者多為早造種植，後者則為晚造成。」筆者從未品嘗過地道生產的絲苗，但據老一輩長者稱，元朗絲苗米粒較細，飯香撲鼻且有咬口，當時的售價比從內地進口的白米還要貴，因此吃得起的都可是富貴人家。今天在綠田園所見的水稻品種，稱為「穗豐二號」，是由廣東省農科院提供的。

種植稻米很受天氣影響，好與壞全由天決定。「最怕是遇上中午雨，因為禾花在中午十二時受粉，落雨便會失收。此外，氣溫太高亦會損害稻米，若長時間在攝氏三十五度下暴曬，禾稻便會乾死。」綠田園亦曾有少量「香港米」發售，一小包賣約三十元，不過近年失收再沒出售，香港米成為絕唱。「始終農作物不是一般製成品，存在太多變數，現時我們以教育農場形式經營稻田，市民來參觀也可品嘗到如芝麻糊或糯米滋等港米製甜品。」

■近年不少農田已被改變用途，元朗一帶以往的魚米之鄉難以復見。



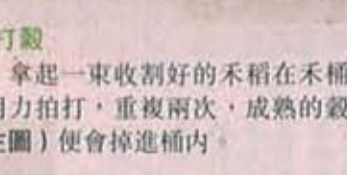
### 收禾五部曲

筆者日前到綠田園參觀，這個城市人還是首次看到真實的稻田，雖然規模不大，但學習收禾、打穀、繫禾草等稻穀收成工作，一試滿腳泥濘的滋味，十分好玩。

**1. 收禾**  
收禾當然要用鎌刀，以一手可執的數量拿着禾稻，再用鎌刀由外而內的從底部割下。每收割兩手便在田基路旁，交差疊起。



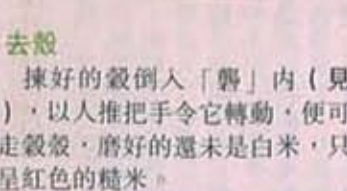
**2. 打穀**  
拿起一束收割好的禾稻在禾桶上用力拍打，重複兩次，成熟的穀(左圖)便會掉進桶內。



**3. 揀穀**  
打下的穀要經挑選才可食用，部分較輕身及細小的會用作飼料。古時這步驟會用穀篩，及後有了風櫃，以手動風扇分開未成熟的穀物。



**4. 去殼**  
揀好的穀倒入「磨」內(見圖)，以人推把手令它轉動，便可磨走穀殼，磨好的還未是白米，只是呈紅色的糙米。



**5. 繫禾草**  
打甩穀物後的禾草亦很有用，以類似童軍的雙套結紮好曬乾，就變成農民常用的禾草。



馮鏡釗三兩下手勢便將禾草紮好。



收割禾稻過程不難，男女老幼都適宜。



你有壓力嗎？不妨出盡全力打穀發泄吧！

Info 綠田園晚造收禾日

日期：10月24日(日)  
時間：10:00am至1:00pm或1:00pm至4:00pm  
地點：新界粉嶺鶴藪村18號  
查詢：2674 1190