

暴雨季節，唯獨通菜當荏，成為農夫的救命草。「港嘢」小廚以之煮成「在水一方通菜馬蹄湯」，想不到浸在樸素清湯中的通菜，比起平日的重口味調味料炒空心菜，別有一番清甜和爽脆。

文 / 插畫：浩盈@港嘢



夏田裏的救命草

新界各區都有獨特的本土產品，川龍西洋菜、打鼓嶺雷公鑿苦瓜、南涌蓮藕、古洞北醬油、昂平茶葉等。組成「港嘢」的初衷，就是希望藉着在城市裏舉辦晚餐活動，將時令有機蔬果烹煮成一道道簡樸素菜，讓參與者透過「吃」來認識香港農業和土地，發掘在地自主生活的可能性。

塋原一睹蕪菜田

晚餐上，我們偶然跟來吃飯的客人聊起夏天有甚麼時令蔬菜，「菜心、芥蘭、白菜……」，客人把茶餐廳例牌的「時菜」點名起來。我們笑說，那些都是冬季蔬菜，直至提到「……通菜」，才大呼對對對！通菜是我們非常熟悉又喜歡的夏日「時菜」，在中菜或東南亞菜式中經常找到它蹤影。跟農夫接觸多了，才知道它不但受食客歡迎，夏季還甚得農夫寵愛。

通菜，又名蕪菜、空心菜，既可種在水裏，也可種在旱地。從中空的莖梗大概猜到其水生植物的天性，種在水裏的通菜的莖幹比較粗大，而種在旱地的則相對比較幼小。通菜喜溫暖，於夏季最為盛產，如想一睹水種的通菜，可走進新界西北部塋原濕地，那兒有一畦畦綠油油的青通、白通。水種的通菜，向左右長出主幹後，在節眼上再長出嫩嫩的通菜，水通的藤蔓無根，能夠纏繞互生，看起來一

畦蕪菜就像是同一根藤莖長出來般，農夫可多次採收節眼上長出來的通菜。採收時，走進水田，水深及膝，農夫一手一拔一排，瞬間整齊地收割了一紮紮的水通，手勢快又準。

在打鼓嶺坪峯，則有種在旱地的通菜。有些農夫以「浸田」方式灌溉通菜田，也有農夫如「滿記」每天為蔬菜親手澆水施肥拔草除蟲。記得今年六月，香港下了一星期暴雨，梧桐河水位暴漲，多處出現水浸。滿記有機農場有不少農作物被淹沒在雨水下，瓜果葉子泛黃，昆蟲都從泥土跑到農作物上避雨和搵食，唯獨通菜卻不受雨水影響，讓農夫在連日暴雨過後，仍有菜可採收。這全賴它嗜水的天性，所以它往往是暴雨過後農田上的救命草！

雨中嚐通菜清湯

「滿記」在雨紛紛下收割的通菜，送來了「港嘢」製作日常晚餐。小廚煮上一煲「在水一方通菜馬蹄湯」，想不到浸在樸素清湯中的通菜，比起平日吃的蝦醬或腐乳等重口味調味料炒的空心菜，別有一番清甜和爽脆。在風雨中吃上通菜，滿口感恩，心裏同時記掛「滿記」。問及農場情況，聽到雨水已漸退，才舒了一口氣。

大自然的小風雨，農夫以豁達心態去面對與共存；面對推土機的人為破壞，村民農夫同樣以堅定態度去守護家園，但也需要在城內吃菜的我們支持本地農業，例如：多到本地農墟和本地有機菜檔買鏹、直接跟農夫交流、關注（甚至參與）土地和農田政策（可於網上閱讀《好想食新界菜嗎？》，和留意關注新界東北發展計劃的面書專頁）等。就讓我們如通菜般，成為守護香港農夫和農田的救命草。



港嘢，是一個支持本地農業和日常用品生產的行動。我們將新界有機農場的蔬果和醬園的傳統天然生曬醬料烹煮成簡樸素食，帶到城市的餐桌上，跟大家分享本地農業和生產的故事，感受在地飲食的鮮美，實踐本土社區經濟，一起關心和思考香港城鄉共生的可能性。

面書：港嘢 Kong Yeah

電郵：kongyeah2014@gmail.com

