

貳零壹玖 / 零叁  
VOL #06

# 文·旅

HIPSTER MAGAZINE

免費取閱  
FREE TAKE

## 在森林的「原野」和「圓嶼」？

8

伊朗  
頭巾背後

16

堅持傳統  
古法手工腐乳

19

香港畫作  
三家村的落日時分

24

日嚐小館  
古早味碗粿



# 文 • 旅

H I P S T E R  
M A G A Z I N E

## 版權資料

### —

### 出版

**Kyanite Limited**

香港 九龍 觀塘  
開源道 75 號  
業發工業大廈 2 期 7 樓  
+852 5768 4870

### 編輯部

Alex Kwong  
Stella Yeung

### 設計部

Murph Chan

### 廣告及市務部

Adrian Yue

### 廣告及讀者查詢

+852 5768 4870  
[info@hipstermag.org](mailto:info@hipstermag.org)

## 旅遊專題

- 01 走過災害記憶 重生岩手
- 08 伊朗（頭巾背後）
- 11 初春鶴藪 郊遊露營趣

## 香港故事

- 13 在森林的「原野」和「圓嶺」？
- 16 堅持傳統 古法手工腐乳
- 19 三家村的落日時分

## 悠閒生活

- 20 漫遊昂坪 水晶纜車初體驗
- 22 文化活動時間表
- 23 好物推薦園地
- 24 日嚐小館 古早味碗粿

## 駐場專欄

- 26 惡魔之舌：登山衣著篇
- 27 北海道釧路 自選配料勝手丼
- 27 新西蘭奇遇記
- 28 清潔垃圾婆婆的家 · 下篇
- 28 帶著媽媽去清萊

\* 因版面調整關係，連載小說《Live》暫停一期。



▲漁民親自開船，和參加者一同出海。

▼乘坐漁民們的漁船出發。

文：Travel with Stella

圖：Travel with Stella、艾子隨行



面對大自然所產生的災害，人類總是顯得渺小及無力。災難過後，有人的會選擇離開傷心之地，換新地方過日子，也有人不願意離開熟悉的家園，希望留下來重新生活。這次專題帶大家來到311地震受災地之一的岩手三陸海岸一帶，探訪兩個「重生及重新」的故事。

## 山田町生蠔養殖場

日本生蠔應該很多人都吃過，不過跟著漁民出發，坐著漁船到生蠔養殖場就應該比較少吧？在岩手縣的山田町有期間限定的出海活動，遊客可以參加由漁民親自帶隊的導覽團，了解山田町一帶的生蠔及扇貝養殖場。

►養殖海域的水質、溫度、養份等因素，都會直接影響生蠔品質。



311大地震的時候，日本東北沿海都受到非常嚴重的影響，青森縣、岩手縣及宮城縣的死亡及失蹤人數超過一萬八千人，近岸一帶地區全部被海水沖刷，所有房屋、基建也無一倖免，而當時靠海維生的生蠔及扇貝養殖業者也是受災戶之一，有一段長日子無法回歸老本行。幸好近年災後工作進展良好，生蠔及扇貝養殖行業才能慢慢重回正軌。

◀ 一整串的新鮮扇貝。



▲ 整個岸邊有許多大大小小的養殖場，主要是生蠔和扇貝。

從漁港出發，不到數分鐘就發現整個岸邊有許多大大小小的養殖場。漁民親自開船帶著大家到養殖基地，將不同批次的生蠔從海中撈出，介紹各種大小生蠔的差別，也會順道分享養殖知識，讓少有機會接觸生蠔及扇貝養殖行業的遊客了解運作過程。山田町的生蠔苗主要是從北海道買貨，在多年的努力研究及試驗下，生蠔及扇貝已經達到出售標準，可以向公眾出售，漁民也逐步做回老本行。

的確，山田町出產的生蠔及扇貝或許不是最頂級，但每顆都是漁民們重過新生的希望，看著漁民從海中抽出一串串的心血，臉上全是喜悅的神情。



▲ 不同批次的生蠔，大小不一樣。



▲ 看著收穫豐盛的漁獲，漁民面上不禁露出滿滿的笑容。



▲ 災害前後的地形變化。



寶來館外的絕美海景。

## 老闆娘的災後故事

311大地震，當時在東北外海發生規模九級的大地震，並引發最高 40 米的海嘯，對於三陸海岸一帶居住的人民來說是一場難以忘懷的災難，不少家人、朋友都在災害中離開人世，剩下來的只有疲累的心靈，和一整片被海嘯沖刷得體無完膚的家園。

若是在其他國家，也許很多人都會選擇離開傷心地，到新地方重新生活，但住在釜石市鶴住居的居民卻有另一種想法：我們要留下來，為了我們的家努力，重建屬於我們的家園，不輕言放棄。

在災害來臨時，位於海邊的寶來館是其中一個嚴重受災的地方。老闆娘在晚餐後向住客展示海嘯發生時的影片，只見洪洪海水無情地湧上岸，老闆、員工和住客拼了命般往山上跑，於危難中互相幫助。八年過去，但當老闆娘說起當時的情況仍然心有餘悸，笑容之下其實藏著說不清的情緒。



▲ 夏天出產的扇貝肉會比較大，而冬天出產的扇貝就會群邊比較大。



▲ 傳統和式房間，露台位置可以觀賞海景。



▲ 以木系設計為主，予人溫暖的感覺。



▲ 災後重建的寶來館。



▲ 寶來館安排的傳統虎舞演出。



▲ 和住客一起留下美好的回憶。

海嘯結束後，老闆娘決定在短短 10 月間重開寶來館，但這裡不再是一間普通的旅館，而是希望讓人們確切了解災害影響的場所。只要有住客想了解更多災後故事，老闆娘就會以第一身角度分享。寶來館不但滿載對住客的殷切招待，還有所有工作人員對家園重建的信心及祈願。

## 後記：

當災害來臨時，我們能做的並不多，但在災後該如何面對一片狼藉的家園，卻是一個非常困難的課題。八年，說長不長，說短也不短，眼看岩手縣沿海地區的居民每天都在為重過新生奮鬥，作為遊客亦深受感動，希望岩手縣居民在未來的日子不再受重大災難威脅，能安穩地在這片樂土生活。文



▲ 會席料理的主要食材是由附近海岸捕獲的海產，味道鮮美。



## 伊朗 〈頭巾背後〉

▲ 相機Canon EOS 5D Mark IV、鏡頭Canon EF 50mm f/1.2L USM。粉紅清真寺彩色玻璃作品令人嘆為觀止。

伊朗距香港六千多公里，相比杜拜或土耳其更近，但香港人對伊朗卻很陌生，印象中也許只有「邪惡軸心」四隻字而言，但實際上去過的人都不會有此感覺，因為當地治安比歐洲任何城市更安全，當地人純真熱情樂於助人，建築設計亦完美保留波斯特色。我本身只計劃為當地拍一輯絕美風景照，卻也被當地人

所感動。在香港交友方式或許只在臉書上，但在伊朗交朋友卻獲邀請在他們的家作客吃飯。

文、圖：Cheric K.



► 相機Canon EOS 5D Mark IV、鏡頭Canon EF 85mm f/1.2 USM。充滿對世界好期的眼睛，卻因為頭巾，將她與世界分開了。

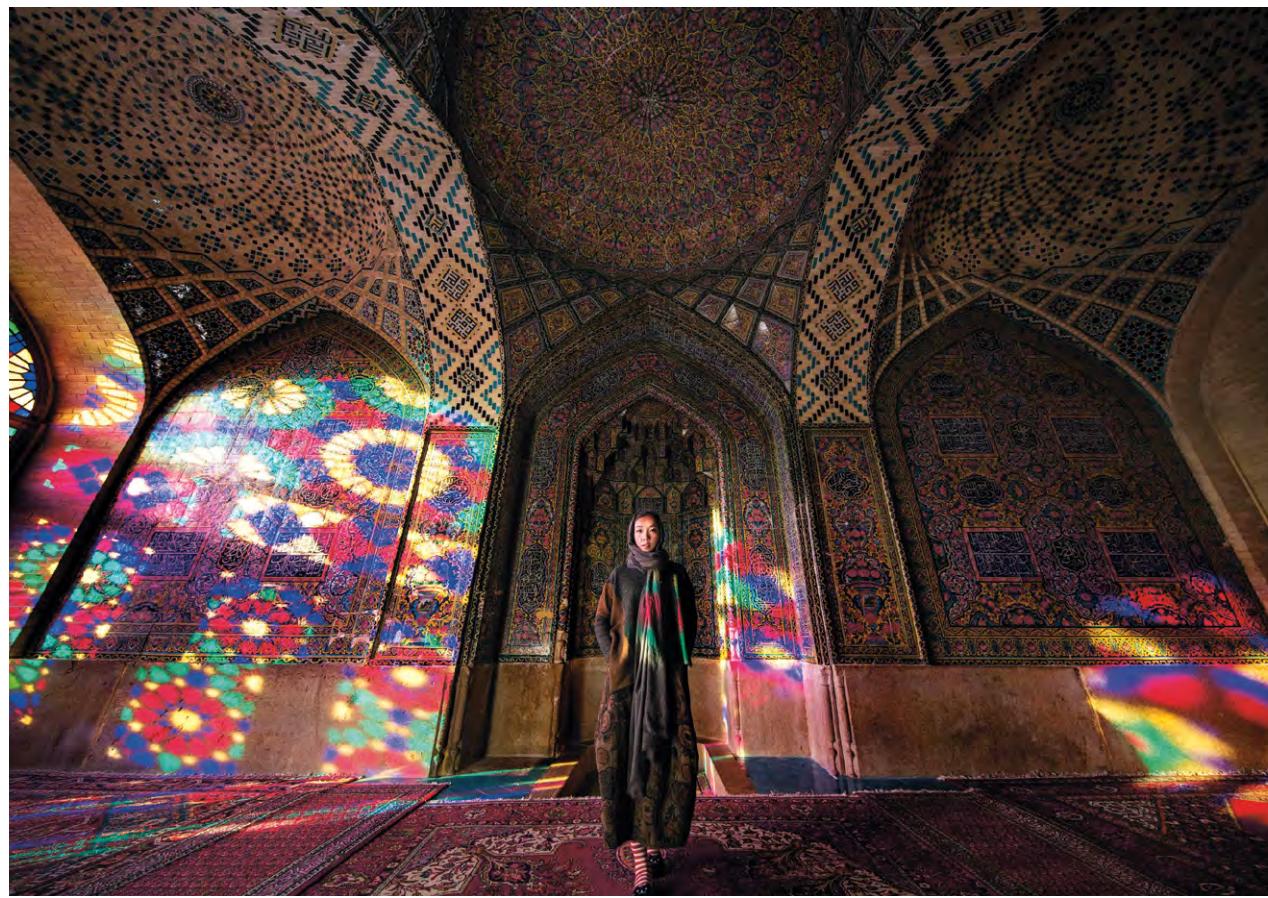


## 伊朗女生的頭巾

現今社會上頭巾的作用只有裝飾，但作為伊朗女性，頭巾卻是一種束縛。曾經和伊朗女生交談中亦提及她語帶憤慨的說道「I don't understand the reason of wearing this, especially in summer!」。如果能給伊朗女性選擇，她們最想脫下的就是頭巾。

伊朗女性由 15 歲開始便要戴上頭巾直至終老，整個人生不單要忍受 40 度高溫下還用薄布包著全身，更因為頭巾就是代表著無上的父權主義，一但女生被人舉報沒戴上頭巾，第一次要去警局罰抄，第二次就要坐牢了。人生本來就是一連串的選擇，你選擇了甚麼，便成就了一個怎麼樣的人。而本應是對自己負責的人生，對於伊朗女生卻毫無選擇，你還敢說戴頭巾是小事一椿嗎？於伊朗女生頭巾的背後，是為自己的自由與自主權利的象徵。

◀ 相機 Canon EOS 5D Mark IV、鏡頭 Canon EF 85mm f/1.2 USM。  
夢想能成為國際線空姐的伊朗女生。



▲ 相機 Canon EOS 5D Mark IV、鏡頭 Canon EF 11-24mm f/4L USM。早上九時許，陽光穿過彩色的玻璃射在牆上的光暈。



▲ 相機Canon EOS 5D Mark IV、鏡頭Canon EF 70-200mm f/2.8L IS II USM。在伊朗唯一沒戴頭巾的照片，支持my stealthy freedom運動。

## 難忘的設拉子粉紅清真寺

位於伊朗南部的設拉子，令人難忘的「納西爾·穆克清真寺」，它建於1876年至1888年間，是卡扎爾王朝時期的建築，其美麗的外觀、內部裝飾、圓柱、天花板和彩色玻璃作品皆使人嘆為觀止。於早上9時許，當陽光透過彩色玻璃窗照射進去時，給清真寺內部打上一層迷人的光暈。清真寺的外牆室內大量採用粉紅色的瓷磚，而且部份瓷磚顯示出異常的深藍色，非常精緻。由於清真寺內的裝潢由偏粉紅的磚牆而建成，加上陽光穿過彩色的玻璃而呈現了粉紅色，所以被人們稱作粉紅清真寺。❷

「凝·像」是一種寂靜性質的發現，發現大自然與人性兩者之間非常細微的一線之隔，透過手中的鏡頭，用心和觀者交流，用不同角度去體會世界而融合成壯麗且抒情的畫面。

### [ Cheric K. ]

zOO Creative創辦人及專業人像攝影師，曾出版《霸氣窮遊冰島·法羅群島》文學攝影遊記，並憑攝影作品獲得IPA美國國際攝影獎的榮譽入選獎。

# 台灣 James

包車  
旅遊

Taiwan James Travel

James 帶你玩遍台灣



## 初春遊台精選行程

漫步九份老街，平溪放天燈祈福

台中逢甲夜市吃美食，賞高美濕地日落

阿里山小火車看日出，神木森林步道

日月潭遊湖，體驗全球最美自行車道

清境綿羊秀，觀景天空步道，登上合歡山武嶺

暢遊花蓮太魯閣，太平洋出海賞鯨，細看七星潭

品嚐南方澳海鮮，三星蔥油餅DIY，蠟筆工廠



順程國際旅行社  
統一編號：54894195

官方網站：[www.james0955913683.tw](http://www.james0955913683.tw)  
Facebook：台灣James包車旅遊  
Whatsapp：+886-955 913 683

## 初春鶴藪 郊遊露營趣



▲平日的營地亦有不少營帳駐紮。

香港的郊野地區佔地很廣，而且部分營地的交通十分方便，如今次要介紹的是鶴藪營地，確實讓人心曠神怡。營地除了有標準洗手間設施，亦有水喉提供水源，燒烤爐、椅桌及晾衫架也有，算是露營新手的福地。**鶴藪營地正好在流水響水塘及鶴藪水塘的中間位置**，要前往這兩個水塘看風景也只是數十餘的分鐘，很適合在這裡和朋友們來個「輕旅行」。



▲流水響郊遊徑的路十分平整，適合輕鬆散步。



▲流水響郊遊徑的入口處，往前走不遠就是水塘。



▲流水響水塘旁的一條樹林走道亦是熱門的拍攝位置。



▲ 與營友一起享用早餐，大家的準備都很充足。



▲ 紙箱烤雞製作簡單，卻是露營的美食。



▲ 早餐來一口咖啡，是露營的最佳享受。

文、圖：艾子隨行 特別鳴謝：The Overlander

## 與營友一起談笑風生

平日的營地不算很滿，很快就能找到位置安頓；選位置的時候最好找燒烤爐及有椅桌的，這樣安放東西及食材會比較方便。

因為營地較為靠近市區，所以準備燒烤的食材也比較豐富，意外地還吸引了隔壁的營友過來閒聊一番。除了燒烤之外，還弄了一隻紙箱烤雞，與營友們吃得津津有味。要弄這個紙箱烤雞其實不難，就是錫紙、燒烤叉、小紙箱及數塊燒紅的炭，蓋好紙箱慢煮，大約一小時左右就能吃了。

## 水塘散步熱門打卡點

翌日起來，吃過早餐後就可以到鶴藪水塘走走。鶴藪水塘距離營地十餘分鐘，沒有難走的路段，清爽怡人，深山之中的小水塘配著石橋水壩，構成了一幅美妙的畫作。



▲ 鶴藪水塘一瞥。

鶴藪水塘沿衛奕信徑9段走，轉入流水響郊遊徑，大約一小時的路程就能到達流水響水塘。流水響水塘是知名的拍攝地點，天氣好的話能看到水塘平靜的倒影，旁邊亦有樹林走道，是留影的好地方。

短短的露營遊讓身心都得以放鬆，是周末的好去處，而且這個營地也頗適合作為郊遊的地方。不過亦因為這裡的地點便利及設施齊全，周末的人潮會比較多，所以有計劃來露營的話，就需要早一點到營地找位置了。❷

### [ 交通資料 ]

在粉嶺港鐵站乘坐52B號小巴往鶴藪，至鶴藪圍涼亭下車，步行約十分鐘即至鶴藪營地。



▲ 鶴藪水塘的石橋水壩可以觀看水塘的景色。



▲店舖定期與不同陶藝師合作，販售各類型的盆子。

## 植物，每天都會看到，就連醫生也常常

叫我們多看綠色的植物，但對於每日忙於生計的都市人來說，又有多少人會認真地欣賞它們呢？其實每一株植物都是生命，默默地在成長，只是仍未得到你的注意。

## 看著公園傻笑的人

Yann 和 JE 是一對熱愛植物的情侶，和一般人的想法不同，他們認為植物不只是一件擺設品，而是陪伴在身邊的朋友。Yann 笑說，當初看到 JE 在公園看著植物傻笑，覺得這個人很奇怪，不了解對方的思考方式，沒想到後來在對方的影響之下，亦慢慢「做傻事」，學習從植物身上欣賞生命流程。

後來，這對情侶決定開設在森林和圓嘢，透過植物生命去感染其他人，將他們的「朋友」和更多人分享，希望能夠盡一己之力，為這個小小的城市帶來一點變化。



◀ 全手作的羊毛植木鉢令植物更溫暖。



▲ 每次談到植物，Yann和JE都有說不完的話題。

## 和植物的日常生活

在森林和圓嶠擁有過千株植物，當中超過一百個品種，對於Yann和JE來說，這裡的每一株植物都是獨立個體，各有不同需要。每天回到店舖，第一件事便是檢查環境狀況，包括通風、濕度、溫度、光度等，然後再仔細觀察植物的生長情況，因應不同的生長時間表，決定是否需要換位或旋轉。

除了照顧植物，他們同時身兼多職，既是攝影師和撰文者，亦是市場推廣員及雜務，店舖的所有大小事情都必須親力親為，閒時更要看書或上網學習最新的種植知識。生活，和植物息息相關。



▲ 不易打破的手捏軟陶盆子。



▲ 光度對植物的生長非常重要，經常需要進行調節。



▲ 每一株植物的生活習性都不一樣。



▲ Yann和JE負責不同的工作崗位。



▲ 對Yann和JE來說，植物是他們的朋友。



▲ 照顧植物是JE的日常生活樂趣。

## 打造獨一無二的家

熱愛植物的Yann喜歡親自為植物打造舒適的「家」——羊毛植木鉢。選用有機純羊毛作主要材料，每一個的花色都有所不同，就連Yann也說每次做出來的羊毛植木鉢，都不一定是心目中想做的款式，但隨心自在做出來的羊毛植木鉢都是她的寶貝。

羊毛植木鉢是「入得廚房、出得廳堂」的作品，外觀和實用兼備，能夠為植物提供恆溫而透氣的生長條件，圓圓的邊緣也不會刮傷嬌嫩的植物，就好像給植物一個獨一無二的家，讓它茁壯成長。文



▲ Yann設計的羊毛植木鉢。



文：Stella 圖：艾子隨行



▲金譽手藝腐乳以全手工製造，經常「一磚難求」。



**一磚小小的腐乳配上一碗綿密白粥，相信是不少人的童年味道，對於金譽手藝腐乳負責人Hugo而言，這不單是回憶中的味道，更是一份值得傳承的心意。**

第一次接觸腐乳，要倒帶到幼稚園時期的「藥煲」年代，當時 Hugo 經常生病，一日三餐大多只能吃清淡白粥，婆婆看見孫子常常沒有胃口，便夾出一磚四四方方的腐乳作配菜，好讓孫子能多吃幾口，而這份小時候的味道便一直留在 Hugo 心中。市面上雖有林林總總的腐乳，但 Hugo 却認為眾多選擇也找不到心目中的味道。

為了做出「心目中的腐乳」，Hugo 花了大半年時間進行研究和實驗，更將市面的腐乳品牌嚐了無數遍，即使面對一次又一次的失敗亦不放棄，才成功創立金譽手藝腐乳。

◀ 腐乳工場位於工廠大廈，環境十分整潔。

▲看著發酵得十分漂亮的腐乳，Hugo也不自覺露出開心的笑容。



▲ 腐乳是童年味道，也是傳承。



▲ 正在進行第一階段發酵。



▲ 每一個步驟都由Hugo親力親為完成。

要以全手人方式做出優質腐乳絕對不簡單，每個步驟都是成敗關鍵。走進位於工廠大廈的腐乳工場，環境整齊乾淨，完全聞不到豆腐的酸臭味，反而有陣陣發酵香氣。Hugo認為只有清潔的工場，才能夠豆腐提供良好的發酵環境，培養出雪白如棉花的霉菌，若是連製造環境都馬虎處理，根本不可能做出好的腐乳。一件品質優良的腐乳，外表必須呈金黃色澤，切開時不易散開，入口綿滑帶香濃豆香和鹹鮮味，令人有回味的感覺。

金譽，代表了「金牌、名譽」，亦是時刻提醒自己腐乳出品必須著重質量，以最高規格標準保障健康，讓家人和朋友都能吃得安心及放心。Hugo亦希望將手工腐乳推廣到更多地方，讓更多人知道腐乳不是老土的食物，每一磚小小的腐乳都是用心之作。文

### 手工腐乳製作步驟：

- |             |              |
|-------------|--------------|
| ① 洗豆，去除砂石及草 | ⑨ 排胚         |
| ② 浸豆        | ⑩ 第一階段發酵     |
| ③ 以石磨進行磨豆   | ⑪ 執霉         |
| ④ 煮漿        | ⑫ 扎鹽         |
| ⑤ 汁液分離，隔走豆渣 | ⑬ 洗水，洗走鹹氣    |
| ⑥ 凝固豆胚      | ⑭ 入瓶，分為辣味和原味 |
| ⑦ 壓水，壓走多餘水分 | ⑮ 第二階段發酵     |
| ⑧ 分割        | ⑯ 出貨         |

▲ 扎鹽時使用的鹽量經過調整，做出來的腐乳才不會死鹹。



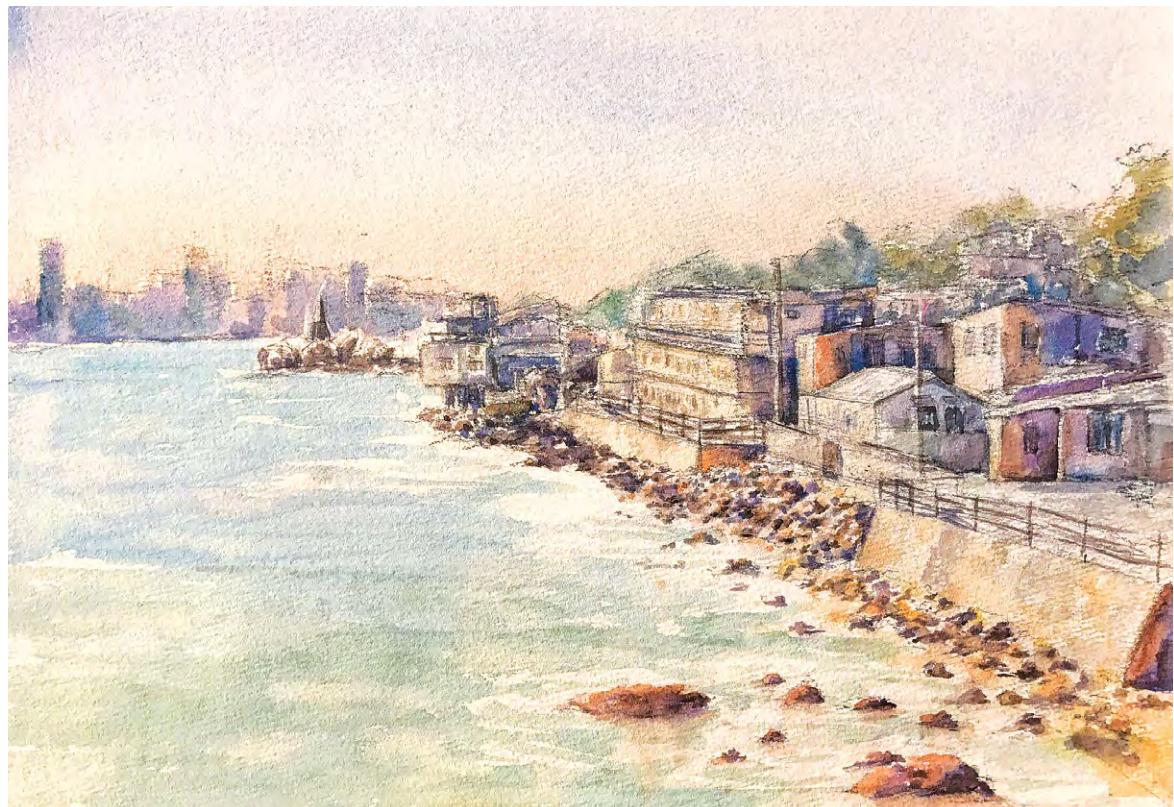
# 徵 稿

只要有關深度旅遊及香港文化的主題，歡迎電郵至：

[info@hipstermag.org](mailto:info@hipstermag.org)

主旨註明「投稿」並附上標題及筆名，

一經選中將會回覆通知。



## 【三家村的落日時分】

鯉魚門三家村雖然面積不太大，但對於喜愛畫畫的人實在

是一塊塊寶，處處都有著她的故事，很想畫下眼見的每一件事物。

沿著海旁徐徐步入村口，經過數間海鮮酒家便會看到一個小小的球場。天氣好時更會見到村民在曬蠔乾，在旁的小狗懶洋洋午睡，令村子增添不少悠閒氣氛。在村子盡頭有一間天后廟，廟前有一個小小的平台，這是一個欣賞日落及村落的景致的好位置，亦是我最愛的寫生地點。

冬日時分，下午四時開始太陽已慢慢落在西邊，整個海峽及村屋都塗上了一層金黃色，氣氛頗為浪漫。村民對於我在寫生顯得十分好奇，很快大家就打成一片，他們亦都向我分享了不少村子的趣事及歷史。寫生最重要不是純粹畫畫，而是透過繪畫過程融入

專欄作者介紹

[ 逸俊 ]

藝術是生命是重要的一環，繪畫是與內心交流的一種過程。水彩會隨著水的流動而產生不同難以預測的變化，對我來說是浪漫的，是感性的。



文、圖：Stella

## 農曆新年後，寶爸爸及Angel媽媽決定帶著柔柔和熙熙出發，展開豬年第 一趟旅程：乘坐水晶纜車前往昂坪。

昂坪纜車分為標準車廂及水晶車廂，而兩者最大分別便是全透明設計的車底，水晶車廂沿途可以飽覽腳下的自然風光，是欣賞大嶼山景致的新角度。

對於小朋友來說，水晶車廂是既緊張又刺激的全新體驗：大膽的柔柔在纜車出發不久便主動要求站在透明車底，一時將小腳丫印在藍綠色的水面上，一時模仿登山徑的登山客步行，自得其樂；年紀較小的熙熙剛開始時有點害怕，不敢踏出第一步，但當看到大家都坐在透明玻璃上看風景時，便慢慢克服恐懼，在Angel媽媽的鼓勵下加入「玻璃觀光團」。

- ▶ 與佛同行以影片形式展示釋迦牟尼頓悟成佛的一生歷程，適合小朋友觀看。

### 漫遊昂坪 水晶纜車初體驗

▲一起坐在水晶車廂欣賞大嶼山綠意盎然的風光。



▲小朋友的體力未必能應付天壇大佛的268級台階，可以選擇在廣場和大佛合照。





▲ 下車後便到達昂坪市集。



▲ 拿著地圖看看下一個景點是往哪裡走。



▲ 在菩提許願亭留下合照。



▲ 遊客可以在寶蓮禪寺參拜，也可以享用齋菜。



▲ 第一次來到寶蓮禪寺的小朋友，對「拜拜」仍是不太理解。

離開纜車站，眼前是熱鬧的昂坪市集，除了有不少餐廳和紀念品店之外，還有360VR體驗館、360動感影院及與佛同行三大主題景點，而每逢特別節日，這裡更會換上許多新佈置，是教導小朋友相關文化知識的活動教室。

再往前行，便是著名的天壇大佛及寶蓮禪寺，不過小朋友似乎對寺廟及佛像興趣不大，反而被在路邊的野生黃牛所吸引，站在黃牛前不斷追問「為什麼牛牛在這裡？牛牛想吃草嗎？可以摸牛牛嗎？牛牛的媽媽呢？」。其實昂坪黃牛群是大嶼山唯一的高地原牛群，在村內住了很久，如果有機會見到牠們在散步，記得不可主動觸摸及餵食，以免影響牠們的生活習性啊。❷

### [ 小記者檔案 ]

三歲的柔柔，個性慢熱，不過當熟絡之後就會表現出愛說話、愛搞怪的本性；兩歲的熙熙，愛笑愛搗蛋，天生膽子小，卻喜歡拉著大人去試不同的新事物。



▲ 買風車、轉大運。



## RUN FOR WILD

由世界自然基金會香港分會舉辦的 Run for Wild，賽事分為 10 公里挑戰賽、3 公里同樂賽及 1 公里家庭賽，而本年度的 1 公里家庭賽賽道上，設計更仿照野外環境設置不同的障礙，令賽道增加趣味性。場內亦有嘉年華活動，以互動遊戲形式，讓參賽者了解更多動物保育的資訊。

地點：白石角海濱長廊公園

日期：2019年4月7日

時間：20:30 - 21:30

## 啟德機場影像回顧展

Mikiki 與資深攝影師兼策展人朱迅合辦「啟德機場影像回顧展」，旨在喚起一眾港人對啟德機場的集體回憶，亦希望向新一代介紹啟德機場及輝煌事蹟。展覽更多幅從未公開的啟德機場作品，全是由攝影師於啟德機場關閉前，花上數年時間拍攝的珍貴相片及影像，供市民欣賞。

地點：Mikiki

日期：即日至2019年9月8日

時間：11:00 - 21:00

## 賞文·閱影：外語名著改編

古今中外，文學是電影創作的重要材料和靈感泉源。完整的敘事結構和人物形象便於改編，尤其在電影興盛期原創劇本難以滿足產量，取材自小說、話劇、民間故事的影片應運而生。賞文·閱影：外語名著改編，每月放映兩齣改編自同一外語文學經典的電影，與觀眾一起展開電影與文學之間的跨界對話。

地點：香港兆基創意書院多媒體劇場

日期：即日至2019年9月8日

時間：每天場次不同

## 維多利雅講

一舖清唱聯合藝術總監伍宇烈、伍卓賢，趙伯承，聯同填詞人岑偉宗共同創作無伴奏說唱劇場，透過旋律與文字建構維港的前世今生，唱出「維城」與「維港」的歷史與想像。以幽默的廣東話歌詞，配以原創歌曲嬉笑怒罵香港風流，漫遊維港大笪地，重拾無邊集體回憶。

地點：香港大會堂劇院

日期：2019年4月18至20日

時間：20:00 - 21:15

日期：2019年4月19日

時間：15:00 - 16:15



日常好物推介①

## 【大理石駝鹿書擋】



將善良又霸氣的駝鹿帶回家，讓牠在書架上陪伴著你渡假溫馨的午後時光。匠子設計採用來自花蓮的大理石建築材料研磨成粉末，再運用人造石工法及水墨石紋形成獨特的紋色，將雕塑藝術結合居家用品，令生活更有質感。

店家：匠子設計

價格：HK\$122 / NT\$459

聯繫：Facebook ChanZdesign

日常好物推介②

## 【經典火山木柄琺瑯杯】



生活中每天都有許多令人傷腦筋的大小事情，如何從瑣碎小事中活過來，確是一門學問。很高深嗎？不會。只要拿起具有木質溫度的琺瑯杯，來一口溫熱的可可或咖啡，深呼吸一下，也許就能有不同的新靈感了。

店家：火山口

價格：HK\$179 / NT\$672

聯繫：Facebook volcano.tw



日常好物推介③

## 【Stellaris及Circulus系列珠寶】



本地設計的珠寶品牌 freedom2sparkle，推出全新的 Stellaris 及 Circulus 系列：前者以日月星辰為主題，發出永恆光芒；後者採用圓潤的珠寶，展現不息的宇宙循環。珠寶於香港全手工製作，可因應客人要求客製化，打造專屬的個人飾品。

店家：freedom2sparkle

價格：HK\$2000-7300 / NT\$7858-28682

九折優惠代碼：Hips0319

聯繫：官方網站 freedom2sparkle



日常好物推介④

## 【狐狸與他的朋友們的派對布短夾】



選用四種布料設計而成：純棉韓國布、日本帆布、純棉日本布、合成皮，還加上布標及手縫刺繡設計圖案。別覺得看起來小小的，其實它可以放得下紙幣和信用卡，拉鍊位置還能放小零錢，實用度和美觀度都是滿分。

店家：1+1=5 手作雜貨

價格：HK\$186 / NT\$700

聯繫：Facebook mm11538



#### 專欄作者介紹

#### [ 流浪貓兒與7隻貓 ]

FB : thecatstable  
IG : the\_cats\_table

隱居於九份山脚下，深居簡出，晴耕雨讀，一手作畫一手作菜，將日常點滴匯聚成生命的長河，分享鄉間生活與餐桌料理。

#### 肉燥材料：

豬絞肉300克、紅蔥頭5瓣(切碎)、乾香菇5朵(切絲)、醬油2大匙、冰糖1茶匙、胡椒粉少許、米酒1大匙、清水1杯

#### 粉漿：

在來米粉1.5杯、玉米粉5大匙、清水4杯

#### 配料：

滷蛋3顆、香菜少許

## 【 古早味碗粿 】

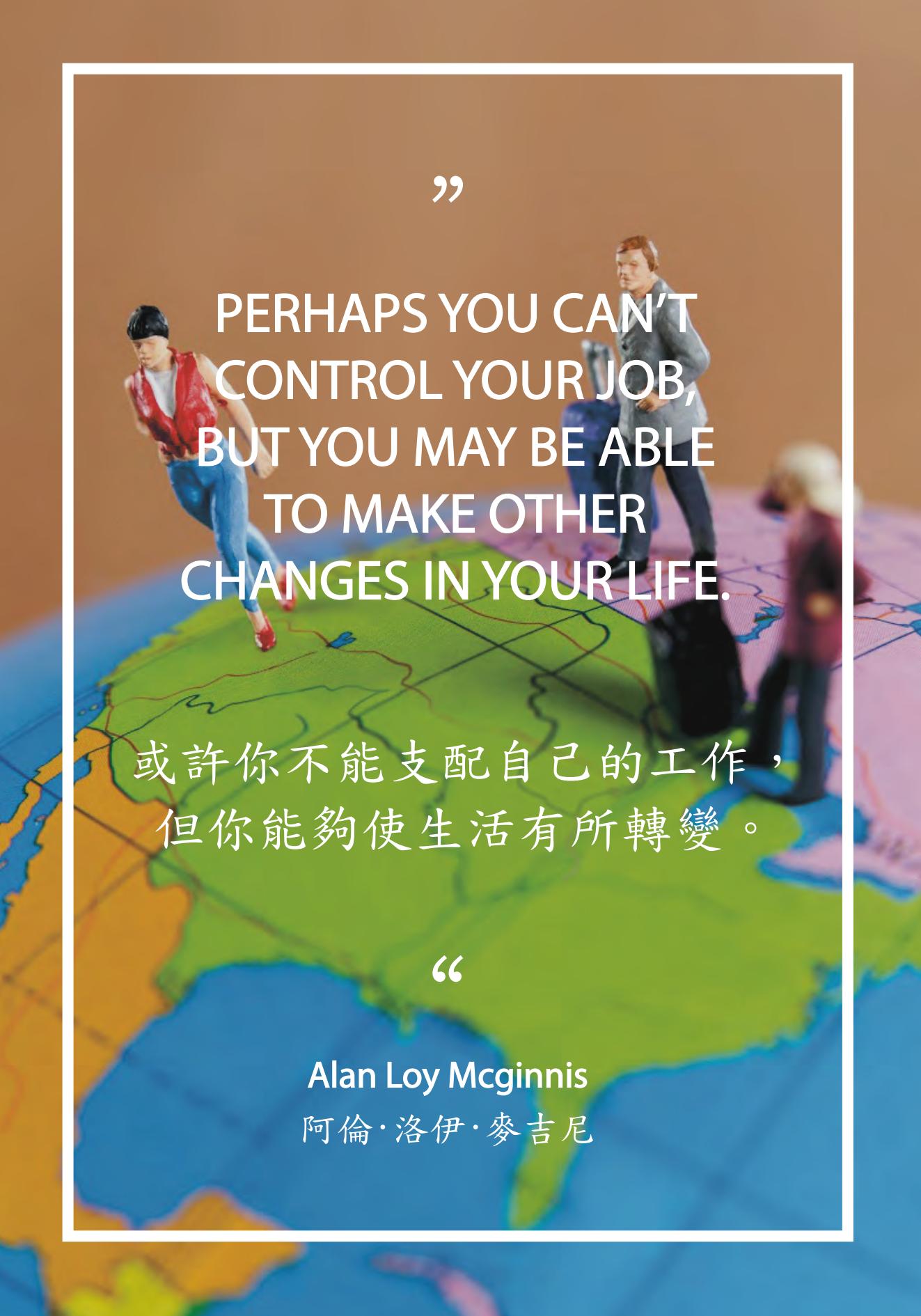
端坐在三輪攤車前，玻璃櫃裡排放著一碗一碗的碗粿，白嫩嫩的粿上還有煨煮入味的肉燥和滷蛋作為配料，讓人迫不及待舉起鐵湯匙舀上一大塊送入嘴裡，綿軟的粿體米香四溢，最後吃掉滷蛋完美收束這場美食饗宴，這是許多台灣人的共同回憶。

為了滿足懷舊的味蕾，索性自己動手做，利用市售磨好的在來米粉製作碗粿並不困難，看著在台灣飄香幾個世代的古早味在蒸籠中熱氣蒸騰，彷彿能讓地情感從身體深處通通釋放出來，像母親一樣溫柔敦厚而充滿力量。

#### 製作步驟：

- ① 起油鍋爆香紅蔥頭，加入絞肉拌炒至肉末表面金黃變色，加入絲拌炒後，投入醬油、水、胡椒粉煨煮 30 分鐘
- ② 粉漿材料調勻，續加入一半肉燥拌勻後小火攪拌至肉燥粉漿糊化
- ③ 作法②填入碗中約七至八分滿，淋上一至兩大匙肉燥，擺上半顆滷蛋，置於電鍋中，外鍋加入兩杯水蒸至開關跳起
- ④ 待碗粿稍涼，依喜好淋上蒜香醬油膏、撒上香菜即可享用

”

A photograph of a man in a red vest and blue pants running across a colorful world map. Another man in a grey shirt and blue jeans is running behind him. The map shows green continents and blue oceans.

PERHAPS YOU CAN'T  
CONTROL YOUR JOB,  
BUT YOU MAY BE ABLE  
TO MAKE OTHER  
CHANGES IN YOUR LIFE.

或許你不能支配自己的工作，  
但你能夠使生活有所轉變。

”

Alan Loy Mcginnis

阿倫·洛伊·麥吉尼

# 惡魔之舌—登山衣著篇一



專欄作者介紹

## [ 壹貳零捌 ]

FB : onetwozeroeight1208  
IG : onetwozeroeight1208

生活由不同的碎片拼湊而成，無論是轉瞬即逝的碎碎唸，或是一趟感受深刻的旅程，每個細節都該好好記下。「壹貳」和「零捌」用文字、圖像，以另類角度重塑生活的不同畫面。

## 【 北海道釧路 自選配料勝手丼 】

專欄作者介紹

### [ 霸氣窮遊 ]

FB : littlemisscharo.travel  
IG : littlemiss\_charo

旅遊作家 Charo，尋找霸氣與窮遊間的幸福，發掘深度旅行的樂趣。酷愛冰島，著有《霸氣窮遊冰島・法羅群島》一書。



每年冬天，北海道都成了香港人的出遊首選。我也不例外，把握短短一星期的假期，到了北海道一趟。提到北海道旅遊，相信很多人會想起札幌、小樽、函館、美瑛和富良野，但是作為一個深度遊旅人，我選擇到東北海道的釧路，來一次與別不同的北海道遊。

為了使之後的旅程更便捷，我放棄了香港到札幌的直航航班，改乘樂桃航空到大阪，在大阪再轉乘樂桃航空的另一航班，直接來到釧路機場。航班直達釧路機場，省卻了從札幌到釧路冗長的交通時間與麻煩，抵達後便能開始行程，對假期不多的我確實是一大喜訊。

說到釧路的名物，不得不提和商市場的勝手丼！勝手丼有別於一般刺身丼飯，倒有點像我們的車仔麵，想吃甚麼就點甚麼。白飯有分小、中、大和特大的份量，選好白飯後，再到售賣勝手丼的店家裡選擇自己喜歡的刺身作配料，豐儉由人之餘，還能確保丼飯中滿滿都是自己愛吃的。

面對眼前琳琅滿目的刺身，稍為有選擇困難的人應該會覺得困擾，因為所有刺身都是店家新鮮捕獲，每種看起來都非常好吃。看到碗中滿滿都是自己喜歡的刺身，幸福的感覺倍增。滿足過口腹之慾，釧路的旅程正式開始，下回再跟大家說更多東北海道之美。

## 【 新西蘭奇遇記 】

專欄作者介紹

### [ 背包旅人 ]

IG : travelthy

九十後設計系出身，背著背包遊走異國。時刻提醒世界之大，自覺渺小，透過學習各地的手工藝來確立夢想。



我有過一段獨個兒在新西蘭生活的日子，人在外，一直都是一個人，不懂駕車，在當地活動已經很有局限。而在路上，Alam 是我在新西蘭遇過最深刻的大好人，一句：想走進更深入的火山區嗎？就讓我們認識。

他充當了我的司機、嚮導、朋友。當然很多時候，我化身為他的小孫女。他年紀不小，是一位來自新西蘭的伯伯；總愛搭著我的肩膀，分享這片令他自豪的國土。從他的背影，看得出那份熱愛。後來，他問我，知道你們香港也有維多利亞港，近來水質有再改善一點嗎？前陣子朋友到訪過香港，說夜景固然吸引，但難忍那陣難聞的氣味。那一刻，覺得很尷尬，不是昧兒。香港的印象就只得那個別人口中的那個「維港」嗎？我們還有很美的地質公園、山丘、大海……

真的希望終有一天，當人近中晚年，我也會穿上 I love HK 的衣服，帶著世界各地的背包客，尋覓香港的好地方。也許那時候，即使世界在變，我城依舊是旅客眼中城市和大自然交錯的好地方。他是我老去的目標！

## 【清潔垃圾婆婆的家・下篇】

專欄作者介紹

### [ Tomo的快樂宇宙 ]

FB : photography.tomob  
IG : sunshinetomob

喜歡旅遊喜歡拍攝，喜歡欣賞這地球，想為世界分享多點正能量，分享多點快樂事。



交收那天，下著毛毛雨，我們帶著鞋子，打電話給本來想出來迎接我們的婆婆，由於下著雨，所以我們著她在家乖乖地等候我們。

來到大廈門口，看更問我們到那裡，聽後彷彿不相信自己的耳朵，她再三詢問我們真的是婆婆的朋友後，告訴我們已經很久沒有人來找過婆婆了，她的家是垃圾崗，誰也不准進入。走到巷子裡，我們已聞到陣陣惡臭！看到婆婆家裡的情景，我沒辦法不驚訝，是從來沒見過這樣子……

送了鞋子給婆婆，便膽粗粗提議讓我們替她收拾房子，氹了很久，終於半推半讓地給我們動手，第一次一心想讓婆婆有一個安落舒適的地方休息。那一天我找了幾位勇士一起幫婆婆進行徹底的清潔，為期兩次才能把整間屋收拾好，在屋裡還遇上了最可怕的老鼠、一大堆的蟑螂！

其實一位老人家獨居生活，欠缺了一些安全感和依靠，便會病態地把自己的家堆滿垃圾，我們一邊清潔房子，一邊陪著婆婆談天，即使不能立刻解開她的心結，也至少知道有一些人關心著她。

## 【帶著媽媽去清萊】

專欄作者介紹

### [ DorDor ]

FB : dordorloo  
IG : dordorloo

擁有喜劇演員的極端人格，外表是隻歡樂鬼，內心卻嚴肅認真。典型的水瓶座性格，難以捉摸。



小時候父母忙著上班掙錢，甚少跟家人坐飛機旅行。看著同學從小就周遊列國，也只能羨慕。到踏入社會，卻換上自己被工作忙昏；別說一家人旅行，連齊齊整整吃頓飯也只在大時大節發生。

直至最近兩年媽媽身體轉壞，「樹欲靜而風不息，子欲養而親不在」一話不斷在我腦中浮起，每次只要想到她隨時會消失於我的世界，心裡的不安湧上淚眶，所以 2019 年首件大事便是帶著媽媽去旅行，爭取與她相處的時間外，更是圓了和家人旅行的心願，也能一盡孝道。

坦白說出發前心情上已作好最壞準備，例如會被母親嘮叨或是不滿，畢竟沒有期望就沒有失望。結果除了母親是要較早起床外，很多事情上她反而像個好閨蜜，願意和我到夜市掃街吃小吃、即興買套閨蜜裝拍照，重要的是更發現了她是個拍照高手。

希望她能長命百歲，我可以再帶著她去不同地方旅行，發掘更多她可愛的一面。

# 派發及傳閱地點

## ※ 香港 - 香港島 ※

- 西環 石塘嘴南里8-12號地舖 (Artisan Room)  
 西環 石塘咀保德街9-15號仁愛苑地舖 (Dear Neighbor)  
 西環 石塘咀保德街6-10號保基大廈地下5號舖 (.jpg)  
 西環 石塘咀保德街23號地舖 (Artisan Garden Cafe)  
 西環 西營盤第一街83號地下1號舖 (Coffee by Zion)  
 西環 西營盤第三街73號地舖 (阿元來了)  
 西環 聖尼地城山道93號 (ethos)  
 上環 蘇杭街126-128號地下D舖 (Barista Jam)  
 上環 太平山街1號地下1A號舖 (上林茶舍)  
 上環 永樂街65號4樓 (櫻記)  
 中環 嘉威街45A號地舖 (Avengers Kitchen & Bar)  
 灣仔 港灣道6-8號瑞安中心1樓103號舖 (sensory ZERO)  
 灣仔 軒尼詩道302-308號集成中心UG/F, UG 6舖 (薈居生活)  
 灣仔 軒尼詩道365-367號富德樓14樓 (艺鶴)  
 灣仔 灣仔道238號地下 (Feel Salon)  
 銅鑼灣 軒尼詩道438-444號金龍商業大廈2-3樓  
 (The Overlander Base Camp)  
 銅鑼灣 軒尼詩道500號希慎廣場7樓715-716號  
 (The Overlander@Hysan)  
 銅鑼灣 希雲街12號地舖 (GoodDay Cafe)  
 銅鑼灣 騎克道512號3樓 (Your home)  
 銅鑼灣 謹華街25號丹納中心5樓A室 (PARK SALON)  
 銅鑼灣 百德新街2-20號恒隆中心607室 (新怡旅遊)  
 銅鑼灣 恩平道17號1樓 (靜月)  
 北角 丹拿道6號丹桂閣地下1A舖 (舒房)  
 北角 英皇道560號健威坊U29號店 (太子餅店)  
 大古 太古城道24號太古城第五期夏宮閣地下G407號店  
 (太子餅店)  
 大古 太古城道18號太古城中心誠品生活店G014號  
 (sensory ZERO)  
 黃竹坑 香葉道2號One Island South地下G01 (sensory ZERO)  
 黃竹坑 黃竹坑道50號W50 807室 (ZOO Wedding)  
 黃竹坑 黃竹坑道40號貴寶工業大廈8樓B室 (Funny Workshop)  
 香港仔 香港仔大道116號 (蒲富青少年中心)  
 田灣 譽中幼教學院 \*只供校內人士取閱

## ※ 香港 - 新界區 ※

- 屯門 虹橋青柏徑6號蕙苑16號舖 (海圖)  
 元朗 凱攸北街9A昌威大廈28號地舖 (Leisure)  
 荃灣 荃新天地一期U567店 (The Overlander)  
 荃灣 惠荃道22-66號綠楊坊2樓S8B舖 (新怡旅遊)  
 荃灣 西樓角道202-216號荃昌中心昌寧商場地下66A號舖  
 (咖啡貴賓)  
 荃灣 大河道72號荃灣大會堂地下前廳 (牧羊少年咖啡館)  
 荃灣 沙咀道362號全發商業大廈地下G1號舖  
 (Return Coffee 362)  
 葵芳 金龍工業中心第四座21樓L (Comfortland)  
 葵芳 奧寧路12號葵青劇院地下2號舖 (牧羊少年咖啡館)  
 葵涌 大連排道132-134號景星工業大廈地舖 (VII Drip & Brew)  
 葵涌 打磚坪街1-25號寶星中心地下5號舖 (Cozy Cafe)  
 葵涌 葵昌路9-15號貴豐工業大廈2樓A2室 (Funny Workshop)  
 大埔 錦山路178號 (生活書院)  
 大埔 寶湖道3號寶湖商場2樓213D號舖 (新怡旅遊)  
 大埔 寶湖街道F021 (解憂書店)  
 沙田 車站圍1號連城廣場7樓705室 (新怡旅遊)  
 沙田 小瀝源行善里 (香港恒生大學)  
 調景嶺 港鐵調景嶺站11號舖TK11 (太子餅店)  
 將軍澳 新都城中心二期1樓1129號舖 (The Overlander)  
 將軍澳 寶康路105-107號香港軍車館地下G53號舖  
 (牧羊少年咖啡館)  
 將軍澳 翠林邨\*近碧林樓 (青年學院)  
 將軍澳 香海正覺蓮社佛教正覺中學 \*只供校內人士取閱  
 西貢 市場街11號地舖 (柴太郎咖啡店)

## ※ 香港 - 九龍區 ※

- 尖沙咀 廣東道3號連卡佛地下 (sensory ZERO)  
 尖沙咀 漆咸道南61-65號首都廣場2樓80-82號舖 (香港郵意)  
 尖沙咀 漆咸道南45-51號尖東僕商場地庫B96號舖  
 (Oldsoul Vinyl)  
 尖沙咀 厚福街12-12A號藍馬商業大廈9樓 (草民)  
 尖沙咀 加拿芬道10號嘉富大廈A座2樓A3室 (Hair Papillon)  
 尖沙咀 亞士釐道22號好利時大廈4樓 (Lab Collector)  
 尖沙咀 亞士厘道18號K11 atelier地下 (InFuse)  
 油麻地 梳士巴利道18號K11 atelier地下 (InFuse)  
 油麻地 犀街3號駿發花園H2地舖 (Kubrick Bookshop Cafe)  
 油麻地 上海街273號1樓 (常常集品)  
 旺角 琦敦道63號銀行中心4樓403室 (新怡旅遊)  
 旺角 琦敦道6號荷李活商業中心12樓12-23室  
 (The Overlander Base Camp)  
 旺角 奶路臣街17號THE FOREST 2樓201號舖  
 (The Overlander@The Forest 201)  
 旺角 奶路臣街15B號1樓 (慢繡蠟)  
 旺角 西洋菜南街4號昌記大廈2樓C室 (小房子)  
 旺角 西洋菜南街62號3樓 (樂文書店)  
 旺角 登打士街恒威商業中心3至7樓 (呼吸咖啡)  
 太子 琦敦道760號聯合廣場地下44號舖 (太子餅店)  
 大角咀 文博街28-30號 (走內·朋友)  
 長沙灣 137-143號利長商業大廈11樓 (小息書店)  
 深水埗 福榮街23A2地下 (Dog99 Coffee)  
 深水埗 福華街65號唐1樓 (暫作工作室)  
 深水埗 基隆街12B地舖 (MIDWAY shop)  
 深水埗 白鵝街27-29號嘉安大廈地下1號舖 (牧羊少年咖啡館)  
 深水埗 大南街201號地舖 (Café Sausalito)  
 茄荔角 長義街9號D2 Place一期地下G03舖  
 (Little Breeze Coffee and Kitchen)  
 茄荔角 青山道682號潮流工貿中心1205室 (泥塵記)  
 石硤尾 白田街30號 (薑馬會創意藝術中心)  
 九龍塘 港鐵九龍塘站17號舖KOT17 (太子餅店)  
 九龍灣 港鐵九龍灣站2號舖KOB02 (太子餅店)  
 蔡塘 鴻圖道77號潤承大廈4樓09室 (在森林和圓夢)  
 蔡塘 鴻圖道28號地下後座 (阿元來了)  
 蔡塘 巧明街94-96號鴻圖中心3樓A舖 (嘗·式)  
 蔡塘 巧明街116號萬年工業大廈4樓D室 (Comma party)  
 蔡塘 開源道68號鴻塘廣場1樓110室 (新怡旅遊)  
 蔡塘 鴻塘道396號毅力工業中心4樓C室 (住寂珈琲)

## ※ 香港 - 離島 ※

- 長洲 思高路18號 (賽馬會長洲鮑思高青年中心)  
 長洲 建新里11號地下 (The Pink Pig Music Bar and Restaurant)  
 長洲 新興街12號地下 (在水一坊)  
 長洲 新興後街2號後座地下 (島中坊研)  
 長洲 長洲中華路16號地下 (島中坊研)  
 坪洲 永興街16號地下 (好運來咖啡店)  
 坪洲 永興街27號 (陸日小店)  
 坪洲 永安街21D地下 (秘密花園)  
 南丫島 榕樹灣大灘新村120號地舖 (搽茶居)  
 南丫島 榕樹灣榕樹灣大街92號A地下 (南丫部落)

## ※ 台灣 - 北部 ※

- 台北市 萬華區昆明街316號 (大可居青年旅館)  
 台北市 萬華區成都路163號 (台北漫步旅店)  
 台北市 萬華區漢中街42號 (西門窟青年旅館)  
 台北市 大同區長安西路180號7樓 (紅米青年旅館)  
 台北市 大同區長安西路122號 (夾腳拖的家)  
 台北市 大同區華陰街103號 (夾腳拖的家)  
 台北市 大同區太原路11巷19號1樓 (壹玖木巷)  
 台北市 大安區和平東路二段107巷23弄17號 (曬貓咖啡)  
 台北市 北投區光明路82號 (遠中國國際青年旅舍)  
 台北市 台灣James包車旅遊 \*只供包車客戶取閱  
 新北市 瑞芳區烏鵲巷23號 (遠中國國際青年旅舍)  
 新北市 瑞芳區基山街24號 (夾腳拖的家)  
 宜蘭縣 宜蘭市康樂路14號 (行口文旅)  
 宜蘭縣 羅東鎮北投街117號 (北投117)  
 宜蘭縣 羅東鎮北投街70號 (壹朵朵)  
 宜蘭縣 猶溪鄉奇立丹路三巷74號 (奇立丹)  
 宜蘭縣 五結鄉大興路202號 (宜蘭·方舟親子民宿)  
 桃園市 桃園區莊二街39號 (樓之三 (未映咖啡))  
 桃園市 桃園區新民街19號2樓 (只是光影)  
 桃園市 中壢區環中東路二段486號 (養親輕咖啡)  
 桃園市 中壢區龍吉二街155號-馬祖新村6號 (athome\_tea)  
 桃園市 桃園區鎮三街52號 (丸またま慢食堂)  
 新竹縣 關西鎮中正路67號 (67老街客棧)

## ※ 台灣 - 中部 ※

- 台中市 龍井區台灣大道五段3巷62弄56號 (框框背包客棧)  
 台中市 龍井區新奧路27巷10號 (踢·生活客背包)  
 台中市 中區台灣大道一段100號 (宜舍單人旅店)  
 台中市 西區健行路1049號1樓 (Mr.Banboo)  
 台中市 西區博館路234號 (風華社)  
 苗栗縣 頭份市信東路115號 (東園大飯店)  
 苗栗縣 苗栗市日新街1號 (東海咖啡)  
 苗栗縣 全祥小客車 \*只供包車客戶取閱  
 南投縣 埔里鎮中山路三段373號 (銀翼桌遊會社)  
 彰化縣 鹿港鎮公正街99巷8號 (小斧人文民宿)  
 嘉義縣 竹崎鄉中和村石棹1號 (龍雲農場)  
 嘉義縣 嘉義市西區林森西路460號 (嘉義小青旅)  
 嘉義縣 嘉義市東區成仁街253號 (Lawa House)

## ※ 台灣 - 南部 ※

- 臺南市 中西區西門路二段365巷5號 (365,合日旅所)  
 台南市 中西區府前路一段90巷7號 (窩.台南)  
 台南市 東區北門路二段3號 (老曼船長鐵道)  
 台南市 南區樹林街二段420號 (快活慢行)  
 台南市 南區國華街一段24號 (林檎二手書室)  
 高雄市 鹽埕區七賢三路58號 (培菴社)  
 高雄市 新興區文橫一路5巷28號 (同·居)  
 高雄市 前鎮區廣西路288號 (字裡行間書坊)  
 屏東市 青島街112號 (繁·本屋)

## ※ 台灣 - 東部 ※

- 台東縣 東河鄉都蘭村89號 (哇軋力共)  
 台東縣 東河鄉都蘭村225-6號 (背包監獄青年旅舍)  
 台東市 台東市安和路102巷30號 (遠中國國際青年旅舍)  
 台東縣 台東市中山路119-3號 (欲望旅人)  
 台東縣 台東市洛陽街265號 (食冊cafe書店)  
 台東縣 長濱鄉忠勇村25-1號 (舞鳳說故事)  
 花蓮市 富吉路48號 (遠中國國際青年旅舍)  
 花蓮市 延平街148巷5號 (小羊房花蓮背包客棧)  
 花蓮縣 花蓮市國民八街100號 (喀察緩旅)  
 花蓮縣 花蓮市富裕十六街60號 (山羊青旅)  
 花蓮縣 花蓮市國興五街102號 (小森見晴)  
 花蓮縣 花蓮市國聯一路103號 (小旅行迷你公寓)  
 花蓮縣 花蓮市國聯一路83號 (洄瀾窟青年旅舍)



線上閱讀  
READ ONLINE