

兩個晚上 救回 兩頓 不應該消失的 晚餐。



用街市賣剩菜打邊爐，試過沒有？

這一夜 灣仔唐樓 // 剩菜火鍋宴

晚上八時。外面天寒地凍，灣仔富德樓某單位內，卻是熱氣呼呼——廿幾人聚在一塊打邊爐，有說有笑地。

枱上一碟碟生菜、枸杞、蘿蔔、南瓜……豐富談不上，可是瓜菜新鮮得很，簡單燙燙，加顆生雞蛋，不失美味。

大夥兒嘴巴正忙，同場還有清談節目：由獨立記者陳曉蕾主持，名人施永青當嘉賓。二人說的，是城市裏的食物浪費。

曉蕾這幾年採訪不少環保題材，寫了一本調查報告《剩食》，由她談廚餘，不作他選；始料不及的倒是施永青，這晚把五六十年代的難忘回憶掏出來分享。

他依然記得，當年香港還未富庶，窮人吃的都是下欄菜——賣相欠佳的「下肉」、甩皮甩骨的菜葉、過了保鮮期的雞蛋……湊起來就是一餐溫飽。

這些經歷，讓他時刻提醒自己：別浪費丁點食物。

「有得食不是必然的。」施永青一貫笑瞇瞇：「誰估到將來世界變成

點？珍惜食物，是求生技能！」

眾人聽着，趕緊拿起筷子，把桌上蔬菜努力吃光。

這別開生面的火鍋宴，叫作「剩食飯局」，由食物回收計劃「食德好」主辦。這小組專門到街市回收剩菜，火鍋配料就是菜販賣不出的瓜菜；糖水紅豆沙，由雜貨鋪捐出的紅豆煲成；調味鹹酸菜，也是由拾回來的芥菜醃製的。

以剩菜做晚餐宴客，為告訴城市人：它們不是垃圾，不該棄掉。

這些食材，通通來自大埔富善邨街市——那裏，有另一個飯局正預備開始。

剩食飯局

「食德好」將於來年1月至3月舉辦三場剩食飯局，分別邀來林超英、余若薇、馮一沖作嘉賓，跟陳曉蕾大談食物浪費和綠色議題。
日期 / 1月9日(星期一) // 嘉賓 / 陳曉蕾、林超英 // 時間 / 晚上7:30至9:30 // 地點 / 待定(港島區餐廳，只提供素食) // 收費 / 每位\$300 // 報名 / 3972 5261 // facebook輸入 / 「食德好」食物回收計劃



調味的鹹酸菜，用拾來的芥菜醃製而成。



南瓜、蘿蔔、枸杞……差點給當垃圾掉，現在成為火鍋配料。



飯局在灣仔鬧市舉行，地方由「獨立媒體」仗義借出。



席上，陳曉蕾跟施永青談笑風生，討論食物浪費問題。



大人小朋友也來幫忙撿菜——可會自此珍惜每一棵蔬菜？

另一晚 大埔街市 // 拾來自助餐

傍晚七時。大埔富善邨街市，菜販完成辛勞一天，陸續收檔。

這時突然出現十數人，有大有小的，推着車仔和菜籃，細細聲向每個檔主問：「今日剩番乜嘢菜？」說時難掩一臉靦腆。

菜販像已見慣不怪，沒哼一聲的，把賣不出的粟米、茄子、西洋菜……交到這群人手中，動作熟練地。

接着雜貨店搬出一盤芽菜，隊伍中一位年輕小夥子愣住：「真係唔要？」然後猶豫地收下。

「好多禮呀！」隊伍路經街市內文武廟，忽地有人拿出幾十個橙——都是善信留下的「拜神橙」，每一顆也完好無缺。收菜的人如獲至寶，高高興興地接過。

這個回收剩菜的活動，同樣由「食德好」舉辦；

來參加的包括大學生、小朋友、家庭主婦等，在小組員工帶領下，組成一支收菜隊，到街市收集剩菜，體驗小組平日的主要工作。

收集得來的瓜菜，全部送回街市附近的職工盟中心，由廚房助理篩選整理。

忙碌過後，晚餐亦已準備就緒：鹽焗炒茄子、醬汁豆腐乾、四季豆煎蛋、南乳炒藕片、番薯煲糖水……用同一街市的剩菜炮製而成，味道意想不到的好，賣相整齊精緻，以自助餐形式奉上，「賣剩菜」立時升格不少！

這晚吃剩的飯菜、多出來的水果，小組也鼓勵參加者自備食物盒和環保袋，打包帶回家。



一大筐拜神橙，由廟宇送出來，免得爛掉。



剩菜做的自助餐，大家吃得津津有味。



夜色下，一行十數人，浩浩蕩蕩往街市收菜。

食物回收 導賞團連晚餐

日期 / 2012年2月(暫定) // 時間 / 晚上7:00至9:00 // 地點 / 大埔職工盟培訓中心及區內街市 // 費用 / \$120(中學及大專院校學生每位\$80) // 查詢 / 3972 5262 // foodrecycling@hkctu.org.hk

一份信念 延續一個不應該終止的任務。

「食德好」在年尾辦飯局、導賞團，除為趁大時大節教人珍惜食物，其實還有更緊要目的。

這小組自09年成立以來，每星期有兩晚也到富善邨街市回收瓜蔬水果，清洗整理後，第二天煮成廉宜午餐，讓職工盟的失業或低收入學員享用。

多出來的蔬果，會送給區內安老院和智障院舍；揀無可揀或爛掉的，通通交到有機農場給農夫堆肥——整個生產線，沒留下丁點垃圾。

另外，小組也接收過了最佳食用期的商店食品，甚至肉檔不要的內臟也一併收下，送到狗場餵流浪狗。

兩年下來，基層人士既可吃到素食午餐，負責收菜的四位婦女也



計劃面臨終止，「食德好」全人寫上心底說話，貼在廚房裏。



多少個晚上，婦女們並肩到富善街市收菜，風雨不改。



飯桌上，貼了台灣「鹽寮淨土」創辦入區紀復的題辭，最好，吃光光那更好。

收了瓜菜，便是四朵金花發揮廚藝的時候了——務求令剩菜變得漂亮又可口。



多出來的蔬菜水果，可以做果醬，或者醃成漬物保存。

獲得就業機會，最重要是大大減少食物浪費，一舉數得。

大家正為計劃鼓掌，半年前卻傳來晴天霹靂的消息：贊助基金快將停止，所有行政開支、婦女薪金……以後也要自負盈虧，否則小組惟有解散。

有人立即問：向政府的環保部門申請撥款，不就解決問題？

「老早申請過了。」「食德好」計劃項目主任Zoey每次解釋也氣結：「可是他們說廚餘不衛生，怕出狀況要找人負責。」

政府拒絕支援，小組迫於無奈將午餐加價，亦打算刪減人手來節流；可是四位並肩作戰兩年多、人稱「四朵金花」的收菜婦女，一致決定共同進退——因為放不下好不容易建立的東西。

「記得兩年前，厚着臉皮去撿菜，忍受檔主呼喝，自覺像垃圾婆。」小組廚房助理珍姐輕描淡寫地：「現在不同了，街坊會自動自覺替我們留起蔬菜，還不時請我們食靚生果！」



當紀律部隊的阿鵬，加入義工隊做糕點，親身表達對食物回收的支持。

這計劃成本有限，只能給婦女最低工資；她們也不是沒得揀，以前做過超市推廣員、幼稚園校工、家務助理等；選擇到街市收剩菜，因為從中體會到額外意義，別的工種找不到。

「回收瓜菜，是為自己、為世界積福。」另一婦女嬌姐說着，語氣很堅定：「看電視節目，見過一個外國有錢佬，常到超市後門執食物，用來煮飯給窮人吃。這跟我們做的，不就是一樣！」

立定主意撐下去，就得想法子找收入——於是小組在街市辦導賞團，讓大人小朋友體驗收菜；也選擇在上環、灣仔等鬧市設飯局，方便城市人下班後出席，並請來名人嘉賓，增加聲勢和看頭。

眾人心內燃起一團火，拼命籌款，短期目標是：來年可正常運作，繼續每周收菜兩晚，煮飯三天，風雨不改。

這團熊熊烈火，甚至蔓延到新界鄉郊裏

——正好用來蒸煮有機賀年糕點！

農曆新年快到，小組與粉嶺馬寶寶社區農場合作，在農村搭起磚窯，用本地有機蘿蔔、有機薑、黑糖等食材，以柴火蒸煮蘿蔔糕、素蘿蔔糕及薑汁年糕，供人捐款認購，為計劃籌集更多經費。

前陣子，小組在網上召集了十六位義工，跑入農場跟幾位婦女學習做糕，忙了大半天；手忙腳亂間，對危在旦夕的計劃表達實際支持。

做市場推廣的Merida就是其一，來幫忙做糕，因為不願看見計劃停辦：「我替她們做糕籌款，她們也代我為香港減少剩菜。」

另一義工阿鵬，整天蹲下來為磚窯撥火：「香港人太幸福，不懂得珍惜。食物當垃圾，怎能無動於衷！」任職紀律部隊的他，試着開鑿做糕，戰戰兢兢地。

這一股團結力量，能否真的扭轉「食德好」命運，沒人說得準。

鄉郊颯起大風，磚窯裏火光忽明忽暗；大夥兒急急拾來枯枝，守住星火，讓它繼續燃燒，不滅。●



這個下午，十多位義工齊集農場，跟婦女學做糕點。

大家齊心合力砌磚窯、拾樹枝，生柴火蒸煮賀年糕點，別具鄉土風味！



眾人合力炮製的有機蘿蔔糕，每一口也吃到蘿蔔絲，清甜多汁。

社區賀年糕點籌款活動

「食德好」與馬寶寶社區農場合作，以柴火蒸煮賀年蘿蔔糕，用的是本地有機蘿蔔，味道不俗。另有素蘿蔔糕、薑汁年糕可供選擇。收益扣除成本，將全數撥捐「食德好」作營運經費。另外小組也接受直接捐款。
日期 / 即日起至1月11日
費用 / 凡捐款港幣168元，即可換領有機賀年糕點一個
查詢 / 3972 5262 // foodrecycling@hkctu.org.hk // www.greenhongkong.org



有機蘿蔔糕\$168