



老糠灶

早前往中山旅遊，在中山都發現了久遠的老糠灶。老糠灶其實和鄉間灶頭的建造差不多，只是除了煙囪及燃料入口外，在左邊或右邊多了一條斜形通道，由上至下直達爐芯，居民從這裏注入穀殼或木糠屑作為燃料煮飯炒菜。

另外，在煙囪有一水綠，一方面吸收煙囪熱力，達到環保作用，另一方面有熱水可用，割雞殺鴨方便非常。飯後更可來個熱水浴，供應全家使用。

隆都在中山以出產傢俬馳名，每日遺留大量木碎、木屑、木糠，有此老糠灶幫手，不會產生大量垃圾，極具環保意識。中山在五月節會生產一種蘆兜殼，揀葉用蘆葉及竹箬織成一個籬殼，一邊織一邊放入糯米、綠豆、鹹豬肉、鹹蛋黃。有大的也有小的，大的長1呎，重約4公斤左右。

以往在澳門，5月節的時候，新馬路大小餅舖，樓掛滿天花售賣。中山有各式爐蓋兜殼，將糞放入籬缸，注入清水過糞面，加入鹽，每一百斤糞加鹽5斤，置於籬架上生火，在缸外面圍一排磚，留氣口，然後圍磚內加滿木糠或穀糠燃燒，令整個缸受熱，是為焗糞。

12小時後燃料燒完，糞也煮熟。造成的糞，糯米保留一粒粒不會糊口，而且有一種禾香味道。這種做法在香港農村少見，只有中山還在保留，生產出來的糞掛在通風處，能保留10天以上不會變壞。

撰文：趙麗

不同能力可以同一熱愛

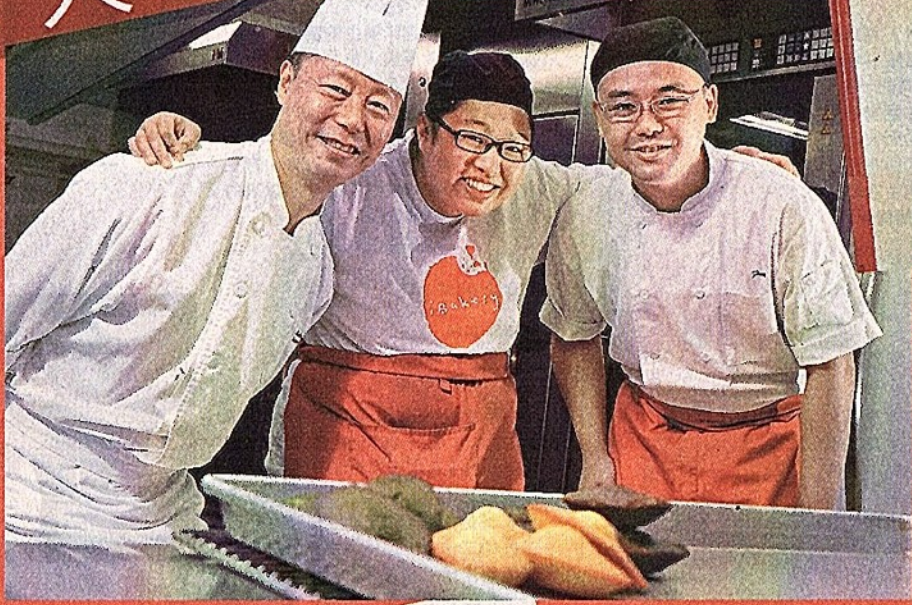
2010年成立的 iBakery，是東華三院轄下一個社企，現有 70 名員工，約一半都是殘疾人士，最多輕度及中度智障人士，還有自閉症及精神病康復者，負責 8 間店舖（包括麵包工房、輕食站、餐廳及 Pop-up Store）的日常運作。

據 iBakery 負責人陳佩珊表示，他們正常會返 8 小時，但有時也會因應員工的情況而作出遷就。「譬如有些員工正在調校精神科藥物，在中午食飯時候，可能覺得人多壓力大，會躲入廁所。我們就不用他日日返工，讓他慢慢適應。」

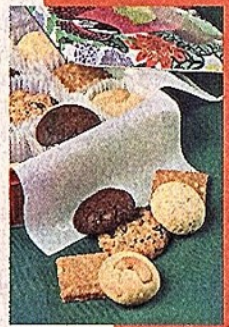
電話：2711 1345 網址：http://ibakery.tungwahcsd.org/

人總有不完美的，但不代表就要被趕盡殺絕？踏進 iBakery 的生產及訓練中心，便會發現智障人士雖然比我們正常人記性、理解及學習能力差一點點，其實個個都勤奮好學，只要熟習了工序，一樣可以炮製出色香味俱佳的曲奇、蛋糕及麵包來。

美味甜點 也做到 智障人士



iBakery 的繡裝曲奇 (\$148) 有 5 種口味，像種子搵子曲奇味道豐富有層次，雙重朱古力曲奇口感超絕；繡裝曲奇則極之難化。



敬琳可以說是大園這間訓練中心的大師姐。她屬於輕度弱智，外表一點也看不出來。疼錫她的姨媽知道有 iBakery 這間社企，便自薦希望敬琳可以在 iBakery 學習一門手藝。她首先在堅尼地城工場學做麵包，然後就來到大園訓練中心學整蛋糕、曲奇。

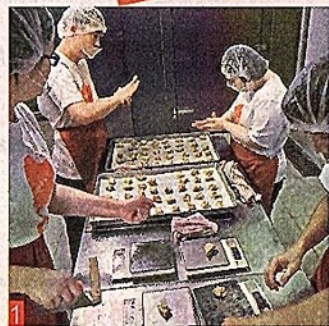
拍攝當天，敬琳便與一班同事圍着長枱滾圓曲奇。不說不知，這裏九成的曲奇麵糰，都是由敬琳一手一腳製成的，之後就會拿去冷藏、切條、切粒，然後磅重（16克），再滾圓就拿去焗了（相 1）。

iBakery 的師傅梁紹輝表示，他們從沙田凱悅酒店的糕餅廚羅耀輝學習了曲奇及蛋糕的做法後，就會將工序盡量拆解，然後分配給不同能力的員工。「最初會由打雞蛋、磅材料，以致清潔開始，然後才會學打蛋漿、唧倒模等等。」他說教智障人士要比較有耐性，像敬琳記性不太好（但她會自己寫筆記，記下步驟），容易緊張失準。「她試過忘記磅某些材料，但發現了自動自覺告訴師傅。我們不會罵她，因為她發現了問題，主動講出來，沒有隱瞞。」

做餅氣定神閒

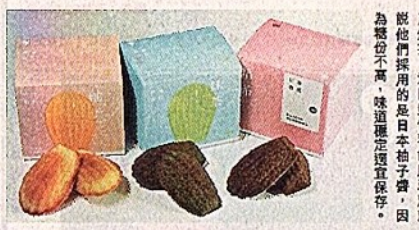
因此，當我們拍攝敬琳卸貝殼蛋糕的蛋漿落倒模時，輝師傅就問敬琳：「你緊張嗎？」敬琳氣定神閒地答道：「唔緊張！」事實她真的沒有怯場，24、48、72、96、120、144 克（磅重時 6 個蛋糕倒模重量的遞增值），她準確而流暢地背了出來。落蛋漿分量多了，她又會用匙羹舀起多餘的。而且當我們在等待蛋糕出爐時，敬琳不用師傅吩咐，已經自行戴上手套，預備蛋糕一出爐，就幫師傅忙，將蛋糕從倒模倒出來攤涼（相 2）。

誰說智障人士沒有存在價值？！只要給他們機會，擴闊他們的生活圈子，讓他們可以上班、交朋友，他們也可以過一個正常的人生。



敬琳是一個有問有答的女孩。問她上班企 8 小時累嗎？她會回答：「起初有點累，現在習慣了。」問她在家有沒有試煮？她說：「好想整綠茶蛋糕，但無焗爐。」問她工作時會否偷食？「唔會，食過好多次，榛子和腰果曲奇好好食。」她對鏡頭也不懼怕，拍攝大相時，笑得很自然開懷，不用攝影師怎樣教路，想必是喜歡拍照的女孩子。

拍攝完畢，敬琳拿着柚子貝殼蛋糕興奮地離開。問為甚麼揀柚子味，「因為好香囉！」她說。



這是志成大師兄。晨早 6 點，他就回到西環的麵包工房開爐烤麵包。天氣潮濕潮乾，都會影響麵包的效果，志成就負責看守麵包出爐這重要的把關工作。

除了柚子味外，今個月推出的貝殼蛋糕 (SC) 新口味，還有抹茶及煙燻。沙田凱悅糕餅師傅說他們採用的足日本柚子醬，因為糖份不高，味道穩定極宜保存。

其他 iBakery 的靈魂人物



要教琪琳 Do 的，拍照，無難度，反而旁邊兩位大師傅，(右) iBakery 梁紹輝師傅及 (左) 沙田凱悅酒店糕餅師傅羅耀輝，還需要攝影師傅點呢！



去年第一次推出月餅卷，反應不俗，今年再接再厲，賣的是限量生產的蛋黃低糖白蓮蓉（預訂優惠價 \$148）。

撰文：何小雲、陳智良、梁美賢  
攝影：何小雲、梁美賢  
攝影：何小雲、梁美賢  
美術：何小雲、梁美賢