



Action Research: Sustainable Tourism Experiment in Yan Chau Tong

四季食桌【春】谷埔李家 x 梁祖堯

#24個印洲塘的旅創可能

#04旅創可能

#四季食桌 (春) 谷埔季食 X 梁祖堯

#旅創家體驗後記

//李家的菜式，其實也跟谷埔一樣，表面看起來樸實無華，但嚐起來卻又充滿層次，使人津津樂道。//

首次聽聞谷埔這個名字，始於去年於深水埗舉辦一個谷埔村民重聚的展覽。這條位於新界東北的百年客家農村，經歷過數次移民潮，現只剩下寥寥數戶村民。

心想定有天要一訪谷埔，後來加入了印洲塘旅遊實驗，終有機會以旅創家的身份踏足這片土地。

那天正值農曆正月十五元宵節，身為「四季食桌」活動的小幫手，從人來人往的沙頭角坐著快艇來到谷埔。首先，由谷埔村民帶領參加者遊覽谷埔老圍、啟才學校，了解谷埔的歷史和文化，金黃色的蘆葦田、孕育着豐富多樣動植物的紅樹林、客家老屋、剛完成修葺的啟才學校.....優美的景色令人眼前一亮，但若要數谷埔最令我感驚喜的，還是美味的客家菜和村民的熱情和好客。

谷埔李家主廚李木星，亦是谷埔的其中一位村長，退休前當廚，煮得一手好菜。當日他跟 演員/廚師/業餘梁祖堯(阿祖)交換農家食譜，在一座百年的大宅當中，一同炮製以不時不食為主題的私房菜，透過食物交換城鄉之間，四季的不一，亦為遠道而來的參加者帶來一場美食奇緣。

計劃名稱: 印洲塘旅遊實驗計劃

晚春時份，正值蘿蔔當造，晚宴亦以本地蘿蔔為主角，讓參加者品嚐用不同方法製作的蘿蔔菜式。一碟以蘿蔔炮製的菜式，均以柴火灶炒起，農家風味十足：有阿祖親自下廚的「蘿蔔糯米餅」、李爸爸製作的「蘿蔔炆魚」、「咸酸菜炆豬肉」，以至「酒釀桂花丸子」，表面看起來樸實無華，嚐起來卻又充滿了層次，使人津津樂道。

現在回想，谷埔獨有的鄉郊美景、李家上下的熱情款待、參加者的歡笑聲，以及擺放在李家大宅門前的魚燈藝術裝置，無不令人難忘。期望往後在舉辦活動時，也可以把鄉郊的熱情和好客帶給參加者，或透過美食連結村落與參加者，讓更多人感受到鄉郊的美好。

———

旅創家 Onyx Tsang

文化版記者、公關、背包客。遊歷多個國家，始發現未曾深入了解過香港鄉郊。既然選擇留下，更要好好探索這片土地。

———

誰是「旅創家」？

「旅創家」是印洲塘旅遊實驗的一個核心。我們招募了二十位熱心鄉郊復育和可持續旅遊發展的年輕人，他們背景多元，不同知識技能將為項目帶來更多創新可能，促進城鄉互動，實現互惠共生。以「共創、共好、共生」為願景，我們會與村民及各持份者共創符合地方需求和承載力的可持續旅遊方案，使印洲塘地區豐富的風土資源得以展現，為香港旅遊發展添上新風景。

活動照片：

計劃名稱: 印洲塘旅遊實驗計劃

