



今日新界之圖

村，仍有老一輩村民堅持做炒米餅作拜年手信的習俗。

炒米餅其型圓，意頭樣樣圓滿；其味甜，就是甜甜蜜蜜；其質堅，就代表堅韌不拔之意。其炮製過程繁複，非僅如其稱為「炒」所能蔽之。

炒米餅的製法過程是，首先將食米洗淨晾乾，炒熟後用石磨磨碎，而成幼粉，將預早煮好的糖水，與幼粉和勻，用小盒盛載，以特製木棍，由右至左，周而復始，多次攪動，以不黏盆為止。

其後將攪好粉團，分細放於餅印上，用小槌打實，如欲打餡餅，就要將炒好之花生芝麻，及片糖碎粒，加入餅中，再加上粉團槌實，拍離餅印，再以舊報紙墊鑊，以慢火烘乾，便成炒米餅。

從以上工序可見，製造炒米餅除了要炒外，還要煮、磨、槌等多種工序，不可謂不費力。而打餅要數人分工合作，一人圍粉、一人捉餅背、三人槌餅、一人燒火、一人烘餅，總計最少要七人之多。

新界圍頭人造炒米餅是以家庭為單位去造，而且是由婦女去做，而每一家庭習慣上所製造數量之多，又非僅其家庭內之成員能力所逮。因為一

戶家庭中，除了主婦與家姑兩人是做餅的主力，至少還需五名已成長的女兒來幫手，但能及此數的家庭實屬有限。遂出現了輪流幫忙的互助精神。

每逢到年晚，今天甲房造炒米餅，乙、丙等房的妯娌便到來幫忙；明天乙家造炒米餅，則甲、丙等房的妯娌去幫忙；後天丙房造炒米餅，亦按照這方式輪流去做。妯娌們一邊造餅，一邊閒話家常，無形中增加了彼此團結合作精神。

圍頭人大量製造炒米餅，用作賀年食品，的只是一部分，更多的是貯藏起來，作為農耕時午膳糧食，一般可吃到農曆三至四月。

# 炒米餅的功用及製作

原來，在春耕展開後，新界圍頭人便忙於下田開耕、播種、插秧，整天忙個不停，而不少村民的稻田距家動輒一小時步行路程，如中午返家吃飯，來回要二小時則不化算。因此村民便習慣攜帶炒米餅及開水到田工作，中午時分取出充飢。

今日由於新界農業式微，而新一代的新界人亦隨社會大潮流，在進食文化方面除了要好味外，還講求包裝及情調，對炒米餅這類傳統民間食品已不大感興趣，因此，昔日大規模做炒米餅的情景已難復見。

· 常新 ·