

About ANTOR

這個欄目由不同旅遊局之要員執筆，讓他們向大家提供一些鮮為人知的旅遊趣聞與貼士。所有旅遊局俱為ANTOR成員之一，ANTOR始於1952年，香港支部共有十七個成員，乃一個聯合各國旅遊局的組織，致力擴闊大家的旅遊視野，提倡你做個負責任的旅客。網址：www.antor.org.hk

英國
會刺人的芝士



當大家以為薯條與魚是英國人日常的餐食，其實多年前英國的飲食口味已悄悄起革命。許多人開始注重健康，為選購優質及天然的食材，星期六放棄超級市場而改逛農夫市集。農夫市集 (Farmers' Market) 有點像我們的街市，農夫、漁販和一些自僱人士會在周末把自製或種飼的糖果糕餅、新鮮蔬果、海產、肉類等送到市集出售。名廚如Jamie Oliver的電視節目也大賣有機食物。

有一次我從倫敦坐火車前往英國西南之端的康沃爾郡，這城雖沒有雄偉的建築或新奇的玩樂，卻滿眼盡是小城與漁港面貌。

這次旅程參觀位於康沃爾郡中部的Lynher Dairies芝士作坊，是一次有趣的經驗。Lynher Dairies規模不大，座落河谷旁邊，斜坡下的河流蜿蜒山丘之中，四周一片青綠。剛抵達時因時間尚早，霧氣還未散去，靜寂無聲兼視野朦朧，倒有點身處山中不知人間何世的感覺。作坊外建有木長廊環繞，讓訪客可以透過牆上的大玻璃窗一睹整個生產過程。

Lynher Dairies造芝士的牛奶主要是從自家飼養的牛隻搾取的，特別之處是最後的工序中把野外收集得來的蕁麻葉或野生蒜葉以人手貼上芝士表面，讓不同顏色的天然微菌生長，幫助芝士成熟。芝士成熟後貼在表面的蕁麻是可以吃的，而且透出淡淡的菌味。

新鮮的蕁麻葉表面有密密的細毛，有丁點草澀味，據說這葉有消炎效用，古羅馬人已用來入藥。可惜時間所限，不可以親身去採摘，只可以拿之前採的看看蕁麻葉到底是什麼樣的。雖然早已被警告，最後都因為輕心而給刺了一下，有點扎手，但不痛。嘗了多種Lynher的芝士包括蒜葉包裹的芝士，個人偏愛其中一款得獎的軟芝士Wild Garlic Yarg Cheese，愛其酥味兼軟綿綿的感覺。雖然說是蒜葉包的，可一點蒜味也沒有。



英國達人方姚露貞 (Jane Fong)

Jane為英國旅遊局中國及香港區經理，於1989年加入英國旅遊局並於1996年成為中國及香港區經理，方太就讀於英格蘭的the Cheltenham Ladies College，她曾是英國營養師協會會員及香港營養學會創會會員。英國旅遊局網址：www.visitbritain.hk

好生活
逛市集



農夫市集可找到很多有機的產品。



英國人喜歡用上新鮮菜蔬來做沙律。



市集裡也有試食芝士的攤檔。



芝士要存放在空氣流通的地方等待成熟。



Lynher Dairies用蕁麻葉包裹芝士。



位於Watergate、由Jamie Oliver開設的Fifteen Cornwall是當地的人氣食店。

利物浦·歐洲文化之都
內容：多名來自利物浦、英國和世界各地的藝人在該周末雲集利物浦，於市內多個地點上演街頭劇、木偶戲和音樂表演。
日期：Liverpool Streets Ahead Weekend 5月24至26日
網址：www.liverpool08.com

Fifteen Cornwall

地址：On the Beach, Watergate Bay, Cornwall, TR8 4AA
營業時間：星期一至日 (早餐) 8:30am-10:30am；(午餐) 12nn-5pm；(晚餐) 6:30pm-12mn
電話：44-016-3786-1000
網址：www.fifteencornwall.co.uk