

# 本地有機魚 來了!

今年春天，新界魚塘發生了一件大事：第一條有機魚正式誕生！

當所有人都認定本地養魚業步向式微，想不到，

還有養魚戶悄悄起革命，反其道而行，努力養殖出一批生猛優質的有機烏頭。

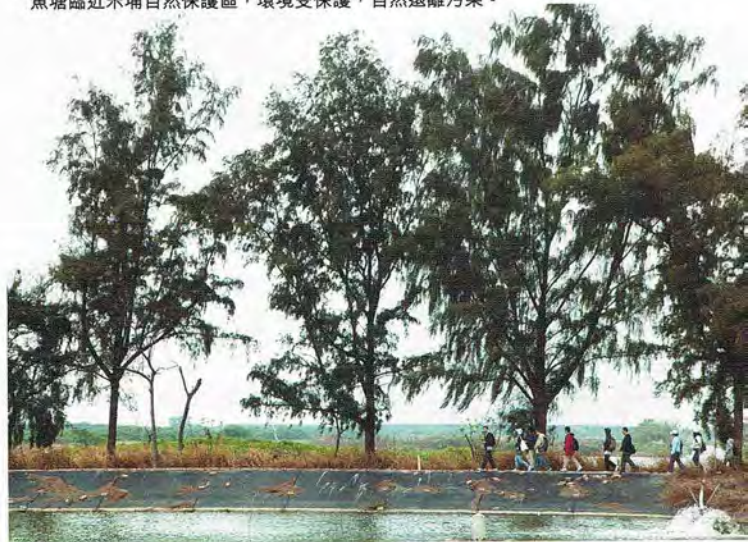
魚和人背後，都有故事。





## 聽聽烏頭怎麼說……

「大家好！我是香港第一條有機魚，品種優良，是系出名門的元朗烏頭。想當年，我的上一代好巴閉，很多人也愛吃。不過近年烏頭家族沉寂不少，大家都說我們有泥味，又怕有孔雀石綠，令烏頭形象和身價大跌！唉，都怪以前的漁民不好，為增加收入，把魚養得密密麻麻，有些更把鴨仔養在同一魚塘，鴨仔排泄物不斷囤積，加上甚少清理塘底，導致水中細菌滋生，令我們有一朕難聞的泥味。最慘是，有些內地漁民為了殺菌，在魚塘猛下孔雀石綠，企圖增強魚群抵抗力，那些化學物，不吃壞人才怪！



養魚先養水，所以打氧機每日開動，保持水流流通。  
一年一造魚，起碼要養一年，每次放魚苗前，都要清理塘底，避免細菌滋生。



幸好，現在的魚場，無論技術和設施都大有改善，三年前浸會大學有機資源中心夥拍本地魚場，改用有機飼養方法，改寫我們的命運。新世代有機烏頭，住在米埔附近，屬自然保護區，沒工廠無噪音，魚塘附近農田不得使用農藥化肥，連雜草都要人手割除，不可灑殺草水，免受化學污染。以前上萬條烏頭逼在一個塘，現在一個十畝大魚塘，只住7,000條烏頭，是往時的一半，毫無壓迫感，游來游去零舍自在！魚兒搬入新居前，漁民會先將塘水抽乾，用鏟泥車翻土，讓塘底曬曬太陽，殺菌消毒。從前魚塘只放淡水，現在是鹹淡水混雜，因為專家說這樣更適合烏頭生長。為令我們健康康康，現在每月有專人來檢驗水質，確保這裏乾淨無菌，魚兒快樂成長。

除了住得好，一樣吃得豪。以往吃的大多是冷飯菜汁、雞鴨糞便，現在可不同了！天天吃有機黃豆，成分天然，價錢較傳統飼料貴，營養也豐富多了。一到吃飯時間，就有專人把黃豆壓碎，撒在池中，分量經過精密計算，不用搶食也保證吃飽。漁民也不會放催生激素，亂把我們谷肥。所以說，做有機魚真幸福，就連一命嗚呼那一刻，也比別的養魚舒服！漁民會先把我們浸在冰水急凍，確保失去知覺後，才會引刀成一快。這種做法很人道，死也死得有尊嚴！



飼料就是有機黃豆，沒有混入其他化學飼料，確保吃得天然。

告訴你，漁民對有機烏頭很緊張，連漁網工具都會額外分開一套，列明為有機魚專用，不會跟其他淡水魚共用，怕污染純正血統。這計劃剛開始，暫時只有8,000條，身價約60元一斤，貴過一般養殖魚一倍！但只要吃過便知物有所值，因為我們的肉質比以往嫩滑，入口具油香，幼骨不多，啖啖肉都很鮮味！有了這批生力軍，本地烏頭重新抬起頭的日子，不遠了！」

所有用具都是獨立工具，寫明「有機魚」專用。



從魚塘捕撈後，就會放入淡水急凍，減少掙扎，也保持魚的鮮味。



## 有機魚背後，有一個人，守住魚塘屢敗屢戰。

本地有機魚能夠成功面世，全賴一個人，對養魚不離不棄。  
他的名字叫楊瑞良，是首批得到有機魚認證的養魚人之一。



楊瑞良  
養魚超過三十年

楊瑞良生於魚戶家庭，年輕時已在漁排跟着爸爸養烏頭。當年元朗四處魚塘，盛產鯪魚、大頭魚和鰻魚等多種淡水魚。不過最有名的，首推烏頭。「魚味濃、具油香、肉鮮嫩，清蒸已經好好味。想當年，個個人都搶住買！」楊瑞良說。可是後來街市出現大量內地廉價魚，分薄本地淡水魚市場，加上養魚是辛苦行業，入行的年輕人愈來愈少，許多老人家捱不住，本地養魚業開始衰落。其時元朗漸漸城市化，魚塘環境愈來愈惡劣。「很多行家的魚塘被填平，而且樹林少了，無遮無掩，雀仔可以直接飛進來吃魚。」他說。連番打擊下，本地養魚人大多意興闌珊。

不過，楊瑞良就是不肯認輸。沒人養烏頭嗎，他偏要繼續養，還要養出最優質的！他四處取經，遠赴日本、台灣等地，請教大學專家該怎樣養魚，悟出一些道理來。「養魚其實好簡單，盡量天生天養，飼料都要無添加，魚自然健健康康。」他不再沿用舊一套養魚方法，不下化學魚糧，也不再放鴨子落魚塘，務求令魚兒在天然環境成長。為挽回香港人對淡水魚的信心，他為烏頭起了一個響亮名字，叫「楊氏烏頭」，還取得政府發出的優質魚標籤，代表可安心食用。每條魚都掛上醒目招牌，以作識別。「我要話俾人知，新界仲有人好俾心機養淡水魚！」

每條有機烏頭都會獨立包裝，還有魚場認證號碼，方便識認。



有機烏頭約3斤(每條約一斤)  
本地第一批有機淡水魚，吃有機黃豆長大，不含化學催生激素。





漸漸，「楊氏烏頭」銷情不錯，也建立了一些口碑。三年前，當香港有機資源中心有意發展本地有機魚，也找上門游說楊瑞良合作。

但，養本地淡水魚已經不易，更何況是有機魚？當其他養魚人不敢貿然嘗試，楊瑞良卻一口應承。

「如果不想被淘汰，唯一出路就是與時並進，愈養愈好。

有機農產是大勢所趨，怎能少了有機魚？」他說。

養有機魚，除了要有膽識，也要不嫌麻煩，天天在魚塘記錄烏頭生長情況；

更要有耐性，因為有機烏頭成長時間比一般長一年。「普通烏頭一年一造，

每造出產過萬條。有機烏頭養得較疏，產量少一半，而且因為沒加以催谷，養近兩年才足一斤。」他說。

另外魚糧貴三倍，成本大增之餘，屠宰也花時間特別處理，單從成本效益看，實不划算。

多花時間心機金錢，只為證明，本地養魚業還有希望。

「如果人人都放棄，香港那裏找淡水魚吃？」楊瑞良說。

現時有機魚計劃還在起步階段，只得楊瑞良和另一位魚戶參與，主要生產烏頭，也有極少量鯪魚和大頭魚。

辛苦養殖出來的有機烏頭，味道如何？肉質的確嫩滑，魚味頗濃郁，用些少鹽清蒸已可吃出鮮味。

另外用來BBQ也不錯，加幾片檸檬，燒香後十分惹味。

有機烏頭能真正打響名堂，令本地養魚業再度興旺，還是未知數。

世事多變，放棄很容易。惟有好東西，值得有心人不斷堅持。●



魚場跟米埔一線之隔，常有候鳥來吃魚，有時整塘魚苗都會被吃光。楊瑞良在魚塘面加些拉線，干擾雀鳥視線，希望減少損失。

有機烏頭魚味濃，肉質嫩滑，用些少鹽清蒸已可吃出鮮味。用來BBQ也很不錯。



楊瑞良笑稱有機魚都是「即捕即解」，從魚塘撈捕後，立即冰鮮處理並送出市場，特別新鮮。

有機烏頭產量不多，暫時只在元朗大橋街市的「良品漁夫」有售。



### 哪裏找有機魚？

除了元朗大橋街市的「良品漁夫」，3月27日，中環遮打花園舉行「全城有機日」，屆時楊瑞良也會擺賣他的有機魚。

良品漁夫 // 元朗大橋街市M047 // 2471 1090