

街市通訊



食物環境衛生署



封面專題

預防禽流感傳播

為預防禽流感，食環署一直對街市售賣活家禽的攤檔實施多項措施，包括加強巡查，並嚴厲執行「活雞日日清」的要求，即活家禽檔戶須每日晚上八時前屠宰處所內所有活家禽，每日晚上八時至翌日早上五時期間，處所內不可有活家禽。

此外，街市承辦商每日都會清掃街市的公用地方，同時活家禽檔戶也必須在每日收市後清洗其攤檔，然後讓街市承辦商再徹底清洗及消毒攤檔。



出售活家禽的攤檔須遵守有關衛生守則包括：

存放活家禽

- 處所內所有家禽籠須以不鏽鋼或其他耐用、光滑、不透水及不吸水的物料製造。每個籠的底部須裝有活動托盤，以盛載家禽的排泄物
- 存放家禽的籠，須有至少300平方厘米的空間給每公斤重的活禽鳥，以免禽鳥過份擠迫。每個家禽籠的高度不得少於30厘米



處所衛生

- 處所須經常保持空氣流通
- 處所內的牆壁和地面所有部分均須保持清潔，並以可噴出溫度至少達攝氏70度熱水的高壓噴射清洗器徹底清洗和消毒

個人衛生

- 所有處理家禽的人員，必須穿上清潔的淺色保護衣物。除了是屠宰、處理家禽或除去什臟外，在其他工作時間必須戴上手套

屠宰和去臟

- 在屠宰、處理、貯存及運送過程中，必須把家禽屠體與什臟分開處理

陳列經處理的家禽屠體

- 為出售而陳列的家禽屠體和什臟，必須以容器穩固地個別包裝，並存放在雪櫃。雪櫃的溫度不得超過攝氏10度，最好是攝氏4度



個人要記住2大點：

1. 避免接觸禽鳥，如果接觸後記得洗手；
2. 仲有就係記得徹底煮熟先好食呀！

最後提醒大家：

活家禽**應由檔販屠宰
不要自行處理**



翡翠伴駝鳥肉

材料：
駝鳥肉 4兩
翠肉瓜(切角) 6兩
紅蘿蔔(切小片) 1兩
紅辣椒(切角) 1隻
蒜頭(切粒) 2粒
薑(切片) 1塊
蔥(切段) 2棵

芡汁：
生粉 2茶匙
清水 2湯匙
調味料：
鹽 半茶匙
糖 少許
清水 4湯匙

小貼士：
最後才加入麻油調味，可避免麻油阻隔醃料，讓駝鳥肉更易入味。

伴碟：
蘭花 1朵
番茜 少許

- 做法：**
1. 駝鳥肉洗淨切片，瀝乾後加醃料醃約15分鐘備用。
 2. 爆香薑片和蒜粒，下駝鳥肉炒至微黃，加入翠肉瓜再炒約5分鐘。
 3. 下紅辣椒、紅蘿蔔、蔥段及調味料炒勻，加入芡汁埋芡。
 4. 最後以蘭花、番茜伴碟即可。



Stir-fried Ostrich Meat with Zucchini (English 英文)

Ingredients:		Marinades:	
Ostrich Meat	4 taels	Soy sauce	1 teaspoon
Zucchini (quarter cut)	6 taels	Sugar	A pinch
Carrot (slice into small pieces)	1 tael	Pepper powder	A dash
Red chilli (quarter cut)	1 piece	Sesame oil	A dash
Garlic (chopped)	2 cloves	Cornstarch	1/2 teaspoon
Ginger (sliced)	1 piece	Water	2 tablespoons
Green onion (sectioned)	2 stalks		
Seasonings:		Thickening:	
Salt	1/2 teaspoon	Cornstarch	2 teaspoons
Sugar	A pinch	Water	2 tablespoons
Water	2 tablespoons		

- Method:**
1. Rinse and slice the ostrich meat. Drain the ostrich meat and add in marinades to marinate for about 15 minutes.
 2. Fry ginger slices and garlic in hot oil until fragrant. Put in ostrich meat to pan-fry until they turn slightly brown. Add in zucchini and fry for about 5 minutes.
 3. Put in red chilli, carrots, spring onion and seasoning. Stir well and thicken with cornstarch mixture.
 4. Garnish with orchid and parsley to serve.

Tips:
Sesame oil will prevent the ostrich meat from absorbing the flavours in the marinades. Add it at last when marinating to make the meat tastier.

Karne ng Ostrich na may Gulay (Pilipino 菲律賓文)

Mga sangkap:		Atsara:	
Karne ng ostrich	200g	Kakaunting toyo	1 kutsarita
Melon na luntian		Asukal	Kaunti
(hiwain na maging panlukang mga piraso)	300g	Giniling na paminta	Kaunti
Karot (hiwain na maging maliit na piraso)	50g	Langis ng linga	Kaunti
Pulang sili	1 piraso	Harina ng mais	Kalahating kutsarita
(hiwain na maging panlukang mga piraso)		Tubig	2 kutsara ng sabaw
Bawang (hiwain na maging butil)	2 butil	Sarsa:	
Ginger (hiwain na maging piraso)	1 piraso	Harinang mais	2 kutsarita
Halamang selot (hiwain na maging piraso)	2 piraso	Tubig	2 kutsara ng sabaw
Pampalasa:		Kasama ang ulam:	
Asin	Kalahating kutsarita	Orkidyas	1 piraso
Asukal	Kaunti	Kumin	Kaunti
Tubig	4 na kutsara ng sabaw		

- Paano gagawin:**
1. Upang linisin ang karne ng ostrich hiwain na maging piraso, idagdag ang atsara at ibabad ng 15 minuto matapos naalisang ng tubig.
 2. Upang kalikutin ang pagprito ng luya at bawang, idagdag ang karne ng ostrich hanggang ito'y maging dilaw sa pagprito, idagdag ang melon na luntian, at prituhiin ng 5 minuto.
 3. Upang idagdag ang pulang sili, karot, malamang selot at pampalasa saka prituhiing maayos, idagdag ang sarsa at lutuin hanggang ang sarsa ay kumapal na.
 4. Sa wakas, isama ang ulam na may orkidyas at kumin.

Mga tip:
Sa wakas, idagdag ang langis ng linga para sa pagsasaayos ng sarsa, upang maiwasan na matakpan sa langis ng linga ang atsara, hayaan ang karne ng ostrich na magiging mas masarap.

西芹雲耳炒鮮淮山

材料：
鮮淮山(切角) 8兩
西芹(切角) 3兩
雲耳(濕計) 1兩
蒜頭(切片) 2粒
薑(切片) 1塊
紅蘿蔔(切角) 2兩

芡汁：
生粉 1茶匙
清水 2茶匙

調味料：
糖 少許
鹽、蠔油 各1茶匙

伴碟：
檸檬(切片) 半個
番茄(切片) 1個

- 做法：**
1. 西芹、紅蘿蔔洗淨切角，雲耳浸軟洗淨後備用。
 2. 鮮淮山削皮切角，浸水備用。
 3. 鮮淮山、雲耳汆水後瀝乾備用。
 4. 下油爆香蒜片、薑片，加入鮮淮山、西芹、紅蘿蔔和雲耳略炒。
 5. 注入6湯匙清水，加入調味料炒勻。
 6. 下芡汁埋芡，最後以檸檬和番茄片間伴邊即可。



Sauteed Fresh Chinese Yam with Celery and Black Fungus (English 英文)

Ingredients:		Tips:	
Fresh Chinese yam (quarter cut)	8 taels	Celery, with sweet and slightly bitter taste and a cool nature, helps remove heat and dampness. Fresh Chinese yam has a mild nature which helps invigorate the function of spleen and nourish stomach.	
Celery (quarter cut)	3 taels		
Black fungus (wet)	1 tael		
Garlic (sliced)	2 cloves		
Ginger (sliced)	1 piece		
Carrot (quarter cut)	2 taels		
Seasonings:		Method:	
Sugar	A pinch	1. Rinse and quarter cut the celery and carrot. Soak the black fungus in water until soft. Rinse and set aside.	
Salt and oyster sauce	1 teaspoon each	2. Peel and quarter cut the fresh Chinese yam. Soak and set aside.	
Thickening:		3. Blanch the fresh Chinese yam and black fungus. Drain and set aside.	
Cornstarch	1 teaspoon	4. Fry garlic and ginger slices in hot oil until fragrant. Put in fresh Chinese yam, celery, carrot and black fungus, stir-fry briefly.	
Water	2 teaspoons	5. Pour in 6 tablespoons of water, add in seasoning and stir well.	
Garnish:		6. Thicken with cornstarch mixture. Garnish the dish with alternate lemon and tomato slices along the plate.	
Lemon (sliced)	1/2 piece		
Tomato (sliced)	1 piece		

Ubi China goreng dengan Seledri & Jamur Kuping (Indonesian 印尼文)

Bahan baku:		Saran:	
Ubi China (dipotong miring)	400g	Seledri yang terdapat di alam rasanya manis dan sejuk, menghilangkan panas dan melancarkan air, ubi manis segar yang terdapat di alam adalah hangat, menyegarkan limpa dan perut memelihara.	
Seledri (dipotong miring)	150g		
Jamur kuping (basah)	50g		
Bawang putih (dipotong tipis)	2 siung		
Jahe (dipotong tipis)	1buah		
Wortel (dipotong miring)	100g		
Bumbu:		Cara membuat:	
Gula	Sedikit	1. Bersihkan seledri, wortel lalu potong miring, rendam dan lunakkan jamur kuping.	
Garam, saus tiram	Masing-masing satu sendok teh	2. Kupas ubi China dan potong miring, kemudian rendam dalam air.	
Saus:		3. Rebus ubi China dan jamur kuping di air, kemudian buang airnya.	
Maizena	1 sendok teh	4. Tuangkan minyak ke penggorengan, tumis bawang putih, jahe, tambahkan ubi China, seledri, wortel dan jamur kuping, goreng beberapa saat.	
Air	2 sendok teh	5. Tambahkan air sebanyak 6 sendok teh, tambahkan bumbu kemudian goreng.	
Penghias:		6. Tambahkan saus, masak hingga saus mengental, terakhir hias dengan potongan lemon dan potongan tomat.	
Lemon (dipotong)	Setengah buah		
Tomat (dipotong)	1 buah		

Piniritong Preskong Nami na may Kintsay at Halamang-singaw ng Puting Kahoy (Pilipino 菲律賓文)

Mga sangkap:		Mga tip:	
Preskong nami (hiwain na maging panlukang mga piraso)	400g	Ang kintsay ay may lasang matamis at malamig na likas, alisan ng init at di-ibabad sa tubig. Ang preskong nami ay may mainit na likas, nakapagpapalakas ng pali at palusungin tiyan.	
Kintsay (hiwain na maging panlukang mga piraso)	150g		
Halamang-singaw ng puting kahoy (basa)	50g		
Bawang (hiwain na maging piraso)	2 butil		
Luya (hiwain na maging piraso)	1 piraso		
Karot (hiwain na maging panlukang mga piraso)	100g		
Pampalasa:		Paano gagawin:	
Asukal	Kaunti	1. Upang linisin ang kintsay at karot, hiwain na maging panlukang mga piraso, upang ibabad at palambutin ang malamang-singaw ng puting kahoy.	
Asin, sarsa ng talaba	Bawat 1 kutsarita	2. Upang talupan ang nami at hiwain na maging panlukang mga piraso, tapos ibabad ito sa tubig.	
Sarsa:		3. Upang pakuluhan ang preskong nami, malamang-singaw ng puting kahoy sa tubig, at alisan ng tubig.	
Harina ng mais	1 kutsarita	4. Upang ilagay ang langis sa kawali, upang kalikutin at prituhiin ang bawang, luya, idagdag ang preskong nami, kintsay, karot at malamang-singaw ng puting kahoy, prituhiin nang madali.	
Tubig	2 kutsarita	5. Upang idagdag ang 6 na kutsarangsabaw na tubig, idagdag ang pampalasa at prituhiing maayos.	
Kasama ang ulam:		6. Upang idagdag ang sarsa, lutuin hanggang ang sarsa ay kumapal, sa wakas, isama ang ulam na may hiniwang limon at kamatis.	
Limon (hiwain na maging piraso)	Kalahati sa mga piraso		
Kamatis (hiwain na maging piraso)	1 piraso		

養生飲食 夏季防暑

展覽及工作坊

(2016年7月至8月)

【展覽】

介紹夏天對人體的影響、
中暑徵狀、防暑方法、
飲食貼士及健康食譜



【講座及烹飪示範】

- 中醫師講解中暑的成因、徵狀、預防方法及夏天飲食貼士
- 烹飪導師示範健康菜式，現場派發食譜
- 問答環節參加者可獲贈紀念品



地區	地點	日期 - 2016年
東區	漁灣街市	7月11日至17日
	愛秩序灣街市	7月18日至24日
	電氣道街市	
	渣華道街市	
	鰂魚涌街市	
	北角街市	7月25日至31日
	西灣河街市	
灣仔區	柴灣街市	
	銅鑼灣街市	8月1日至7日
	駱克道街市	
	灣仔街市	
	黃泥涌街市	
南區	鵝頸街市	8月8日至14日
	漁光道街市	
	田灣街市	
	鴨脷洲街市	
離島區	香港仔街市	8月15日至21日
	梅窩街市	
	長洲街市	
中西區	坪洲街市	8月22日至28日
	西營盤街市	
	石塘咀街市	
	正街街市	
	士美非路街市	
	上環街市	

地區	地點	日期 - 2016年	講座 : 上午(9:30至10:30) 下午(3:30至4:30) 烹飪示範 : 上午(10:30至11:30) 下午(4:30至5:30)
東區	漁灣街市	7月13日	上午
	愛秩序灣街市	7月18日	上午
	電氣道街市	7月19日	上午
	渣華道街市	7月21日	下午
	鰂魚涌街市	7月22日	上午
	北角街市	7月25日	下午
	西灣河街市	7月27日	下午
灣仔區	銅鑼灣街市	7月29日	下午
	駱克道街市	8月1日	下午
	灣仔街市	8月3日	下午
	黃泥涌街市	8月5日	上午
南區	漁光道街市	8月8日	上午
	田灣街市	8月10日	下午
	鴨脷洲街市	8月12日	下午
離島區	梅窩街市	8月15日	上午
	長洲街市	8月17日	上午
	坪洲街市	8月19日	上午
中西區	石塘咀街市	8月22日	上午
	正街街市	8月24日	下午
	士美非路街市	8月26日	下午

備註: 1. 紀念品和食譜數量有限，先到先得，派完即止。

2. 如天文台在活動當日發出黑色暴雨警告或八號或以上熱帶氣旋警告信號，或本署因應運作需要而作出調動，上述活動將會另有安排，並會於街市告示板及本署網頁公布。

網頁: www.fehd.gov.hk 查詢: 2868 0000

已於2016年4月至6月舉行的「養生飲食 夏季防暑」展覽及工作坊的活動花絮如下:



參加者聆聽中醫師講解



市民觀看展覽的資訊及食譜



市民踴躍參與問答時段



市民圍觀烹飪示範



2016年7月至9月份街市攤檔公開競投資料

地區	競投地點	時間	日期
葵青、荃灣、元朗及屯門區	新界葵涌禮芳街2號葵芳社區會堂	上午10時	7月20日、8月22日、9月21日
沙田、西貢、大埔及北區	新界大埔鄉事會街2號大埔社區中心		7月21日、8月23日、9月22日
港島及離島區	香港灣仔軒尼詩道225號駱克道市政大廈8樓大堂	下午2時30分	7月22日、8月24日、9月23日
九龍區	九龍旺角洗衣街148號4字樓408室		7月25日、8月25日、9月26日

請留意：公眾街市攤檔如持續空置 **6個月** 和 **8個月或以上**，會分別以市值租金的 **八折** 和 **六折** 作競投底價。

備註：1.上述資料可因應運作需要而改動，不作另行通知。2.競投詳情留意本署網頁(www.fehd.gov.hk)，以及各街市、熟食市場和熟食中心的告示板；此外，亦可向各分區環境衛生辦事處街市組查詢。



活動預告

中秋節節慶活動

2016年9月上旬至中旬，部分公眾街市進行中秋節節慶活動，並懸掛節日裝飾，增添節日氣氛。活動詳情可於稍後瀏覽街市告示板或本署網頁。



活動回顧



2016 佳餚歡聚慶端陽



2016年佳餚歡聚慶端陽已於5月下旬至6月上旬舉行，增添公眾街市節日氣氛。



街市門外懸掛節日裝飾



大眾圍觀烹飪示範



參加者學習包糉方法



攤位遊戲吸引群眾