

## 五、香港涼茶

廣東人愛喝涼茶，涼茶鋪一般都備有數種到十數種的涼茶出售，常見的有五花茶、銀菊茶、廿四味、「王老吉」、竹蔗水、生魚葛菜水等。以往的涼茶鋪，多設有煲涼茶的廚房，自家煲煮涼茶。上世紀六十年代，人們都愛到涼茶鋪聽收音機。有些涼茶鋪更安裝了點唱機，客人可投幣點唱流行歌曲。今天，很多涼茶鋪的涼茶都改由「山寨式」的工廠大量煲煮了，甚至發展到現代的沖劑和包裝飲品，在超級市場售賣，以迎合時尚的需要。而涼茶鋪也不再專賣涼茶了，還兼售甜品和蘿蔔糕、魚蛋等小食。今天，涼茶已列為國家非物質文化遺產，代表民族傳統而獨特的飲食文化。

### 話說涼茶

顧名思義，「涼茶」就是指由藥性寒、涼的藥物組成，具有清熱解毒，滋陰降火等作用，用於治療實熱和虛熱症的湯藥。

廣東地處亞熱帶，為沿海地區，氣候溫暖潮濕，加之飲食習慣（如嗜食煎炒燥熱、海鮮、山珍野味）等因素，因而患病以熱症居多。所以廣東民間飲涼茶的習慣很普遍，如感冒、濕滯用「盒仔茶」；濕熱飲「五花茶」；咽痛煲苦瓜乾、水瓜殼；咳嗽飲「羅漢果」茶；發熱用倒扣草煎水代茶；肝熱煲雞骨草；尿痛煲車前草等等。而且不同的地區，涼茶亦各有特色，如湛江傷風咳茶、沙溪涼茶、羅浮山涼茶、石岐涼茶等。

（秦艷芬編：《廣東涼茶》，頁 1-2。廣州：廣東科技出版社，2002 年。）



廿四味

### 香港涼茶的發展歷程

香港涼茶文化的發展歷程和香港人的歷史是息息相關的。十九至二十世紀中後期，香港人普遍對中醫藥很重視，對西醫缺乏信任，經常依靠飲用涼茶以防治疾病。許多香港的涼茶事業都是家族生意，屬於小規模的經營方式或連鎖店式的經營手法。一般都是創辦人創立療效好的涼茶配方，其後代根據這個家傳的配方或稍加改良而煎製涼茶，將其家族的涼茶事業以一代傳一代的方式繼承下去，每間涼茶鋪都會有一套獨門秘方。

二十世紀二十至五十年代是涼茶事業發展的黃金時期，香港的街頭巷尾到處可見連鎖的涼茶鋪。有些涼茶鋪除了出售傳統涼茶外，還會售賣一些生草藥，供市民買回家煲煎服用，有些也會出售一些小食，涼茶鋪更成為了平民百姓的平價娛樂場所。

二十世紀七十年代，西醫普及化降低了人們對涼茶的關注度，現存的涼茶事業經歷了時間的考驗和淘汰後，傳統的涼茶鋪只剩下了一些強者企業，同時，一些新式的涼茶事業亦應運而生。新式的涼茶店除了涼茶，還兼賣和涼茶有相近功能的草本健康飲品、龜苓膏、甜品、茶葉蛋等。一些涼茶企業同時推出包裝式的涼茶飲料、沖劑，於涼茶鋪、便利店及超級市場均有出售，以便開拓更加廣闊的營銷市場。

因此，涼茶在近代有狹義和廣義兩個定義。狹義的涼茶指傳統的涼茶，口感苦澀，具有顯著療效，配方多來自民間，歷史悠久，如「廿四味」；廣義的涼茶指採用具有清熱消暑功效的中草藥及藥食兩用的食物，性味以甘涼為主，起保健和清涼解暑作用的草本健康飲品，如「五花茶」、「羅漢果靈芝茶」、「火麻仁」等。

(陳虎彪、郭岳峰編著：《香港涼茶與龜苓膏》，頁 40-41。香港：萬里機構·得利書局出版，2009 年。)

### 香港涼茶鋪鼻祖

香港最老的涼茶店是王老吉涼茶鋪。王老吉老鋪於清代道光年間創立，原設在廣州市靖遠街（現在廣州人民公園東側一角）。香港分店最初開設於荷里活道文武廟旁邊，賣涼茶是副業，主要業務是裝涼茶包運銷海外各地。

(謝永光編著：《香港中醫藥史話》，頁 75。香港：三聯書店（香港）有限公司，1998 年。)

王老吉原名王澤邦，又名王吉，王氏家族是廣東土著。王老吉在清代嘉慶元年（1796）已在廣州行醫賣藥。他在臨床中發現有不少人因大暑天受天氣影響而發熱上火得病，於是他用崗梅根、五指柑、山芝麻等十多種嶺南草藥熬成藥茶給病人喝。一些患了感冒、喉痛、咳嗽或消化不良的人喝了這種又苦又澀的藥茶，病情即會好轉，王老吉從此聲名大噪，人們把這種藥茶稱作「王老吉涼茶」。王老吉去世後，由兒子王貴祥承繼父業。為了方便華僑採購涼茶，王氏家族於清代道光二年（1821）分別派人到香港、澳門開設王老吉涼茶分店。原設荷里活道文武廟旁邊的香港老鋪，於 1915 年遷往中環鴨巴甸街 2 號 A 繼續經營。這家老店已有 70 年歷史，直到 1985 年由於業主收回拆建，不得不結束門市業務。王老吉老鋪雖因拆建而停業，他的後人仍然接掌祖業，並不斷改變經營方式。由於科技的進步，已將舊涼茶包改為現代化沖劑，不斷推陳出新，將業務發揚光大。

(謝永光編著：《香港中醫藥史話》，頁 77。香港：三聯書店（香港）有限公司，1998 年。)

### 舊式涼茶店的生活情趣



舊日的涼茶店，可說是獨沽一味，即使包括有苦（二十四味、水翁花之類）、有甜（五花茶、銀菊茶、火麻仁、竹蔗水等等），一律叫做涼茶。有些店鋪還附送陳皮梅、嘉應子一類涼果，讓客人喝過苦茶之後作為爽口之用。涼茶鋪用以盛載涼茶的銅壺，每間商店都採用同一形式，作為一種賣藥標誌。銅壺的形狀似鼎非鼎，似壺非壺。通常每間涼茶鋪都裝設兩個，一個用來載苦茶，一個載甜茶。戰前涼茶鋪的銅壺一般作葫蘆形，戰後初期也是這樣。到六十年代，由於打銅師傅認為製造葫蘆形銅壺的工藝太花時間，成本太高，才將形式略為改變。但改變之後，仍然可以看得出是由葫蘆變形而成。

舊日的涼茶店店內多設有收音機與「麗的呼聲」（有線廣播），顧客可以坐在店內慢慢享受，聆聽天空小說以及特備的粵曲節目、粵劇轉播、足球賽事等等，成為一種生活情趣。在香港人的心目中，廣東涼茶有清熱解毒、健胃消滯、利尿祛濕之功，是一種不可缺少的保健飲品。當時還是停留在舊式社會生活的年代，娛樂條件不如今天的豐盛，一般市民只靠聽收音機及有線廣播排遣時光，小市民僅花費一兩角錢極低廉

的消費，即可在涼茶鋪消磨一個晚上。涼茶鋪還供應當天報紙，任由閱讀。有些涼茶店還裝設點唱機，幾十支受歡迎的流行曲，就可以吸引一批愛聽歌的青少年。當時的涼茶店被認為是勞苦大眾工餘的好去處。

(謝永光編著：《香港中醫藥史話》，頁 79-80。香港：三聯書店（香港）有限公司，1998 年。)



銅壺

## 新式涼茶店

涼茶味苦價廉，應該是不利於經營，不容易致富，卻因為得到普羅大眾的擁護，歷百餘年仍經營不衰。時至今日，小島上許多地方已被拆毀重建，面目全非，許多古老行業已式微，唯獨涼茶業仍能保持不墜，沒有被時間淘汰，總算是保留了一點香港的獨有文化。

近年來香港樓價不斷上漲，鋪租昂貴，只賣涼茶自然不可能應付得來，因此採用多元化方式經營，成為一種新趨勢。隨着社會發展，傳統的涼茶店紛紛推陳出新，不僅以連鎖店形式經營且擴大銷售的食物品種，愈來愈多涼茶店擴大其經營範圍。為了適合現代人士口味和多種選擇，除了提供傳統的二十四味、酸梅湯、火麻仁、蔗汁、銀菊露之外，更以「龜苓膏」作招牌貨。夏天還出售汽水、果汁、西米露、蔗汁糕、馬荳糕等凍品，冬天則有煎蘿蔔糕、馬蹄糕，還有炸雞腿、雞翼、湯丸等小食。

從表面看來，香港涼茶業在八十年代以後似有新的轉機，但嚴格說來，大多數只是有名無實。這種新式涼茶店實際上是以推銷利潤深厚的「龜苓膏」為主，兼及其他小食和甜品，涼茶只屬陪襯品種，並非主流所在。反而在街邊攤檔仍有小販售賣涼茶，包括二十四味、五花茶、崩大碗等等，仍然受到街坊群眾的歡迎。

（謝永光編著：《香港中醫藥史話》，頁 81-83。香港：三聯書店（香港）有限公司，1998 年。）

## 問題討論

1. 你曾經喝過什麼涼茶？你在什麼情況下去喝涼茶？
2. 你喜歡到傳統涼茶店還是新式涼茶店？為什麼？
3. 為什麼涼茶可以列為國家非物質文化遺產呢？它有何獨特之處？