



文圖 / 吳冬梅

薤菜料理三部曲

今年的母親節，帶著母親到南投參加茶博覽會品茶，非常愉快。回程路過新街，我們特地停下車來買了些薤菜，因為30多年前，初移居名間鄉，我們還不熟悉環境，鄰人即送來二把新街的水薤菜當作見面禮。我們頭一回品嚐到如此美味的蔬菜，多年來也很難忘懷濃濃風土情和厚厚人情味。

南投縣民間鄉新街的薤菜遠近馳名，莖肥孔大且葉質特別柔嫩。水薤菜總是平價供應，更重要的是有個性的口味而成為地方特產。

薤菜屬旋花科，多年生草本，老株呈蔓性，能匍匐地面或攀爬竹籬，莖節易發根，因為繁殖除播種之外，亦可扦插，性喜高溫多濕，在水塘邊常見其蹤影。每到秋末冬初，葉腋間開放著喇叭狀的白色花朵，體液呈乳白色。

它對栽培土質不甚選擇，從砂質壤土到粘土均能成長，栽培後只要充分灌水或施肥，就可安心等待收穫。有些地域利用水田或低窪地、池塘水栽稱為水薤菜，其莖肥柔嫩而別有風味。

薤菜是我們熟悉常用的蔬菜之一，一般人吃薤菜只採最嫩的尖端幾節帶葉的嫩梗食用，其他的部份則棄之不用實在可惜。薤菜的莖梗、葉子、



■ 新街薤菜物美價廉。

甚至根頭，好好利用有意想不到的美味和用途。

(1)梗部食用—薤菜梗是許多大廚師的私房菜，和牛肉絲拌炒或加辣椒清炒，做成開胃菜，也是下酒配飯的好菜。

(2)葉子食用—薤菜葉煮小魚乾湯是夏日解暑的湯品之一，薤菜葉煮蛋湯更是利水清補解暑的佳餚。而我喜歡煮餛飩湯時加一些薤菜葉增色增味又多食用纖維，是現代人需要的健康食品。

(3)根部食用—買有機蔬菜，取其根莖煎水即是夏日解暑的最佳代茶，現代人流行飲花茶、下午茶、養生茶。菜根香也有意想不到的妙用。薤菜根不妨多加利用。

薤菜從頭到尾都派得上用場，多吃也不發胖，更獲消費者青睞，此菜水陸皆可生之，



■ 薤菜葉炒大蒜或煮湯，各有不同的口感。



■ 薤菜梗別有滋味！



■ 薤菜梗洗淨，置陽光下暴晒備用。

古人嘆之為奇蔬，薤菜梗入菜，為了好吃、口感清脆，不妨日晒一下，減少水份，醃製時也可節省食鹽的用量。現代人善用食材的每一部份即可減少廚餘，合乎環保。我常想惜福愛物，在我們的休閒生活中就可以做得到，何樂而不為呢！

◎



■ 薤菜葉煮餛飩是休閒生活中的最佳點心。

台灣第一家民營啤酒廠 誕生了

美商KJCS 台精統(股)公司已於6月19日正式取得民營企業第一張釀造啤酒執照。自從政府於今年元月開放民間釀酒業後，除國營企業如台灣省菸酒公賣局、金門酒廠實業股份有限公司、馬祖酒廠實業股份有限公司、台灣糖業股份有限公司為合法酒類產製之廠商外，美商KJCS 台精統(股)公司應為民營企業第一家取得合法啤酒產製之廠商。

在僑委會獎勵海外僑胞回國投資計劃及高雄市財政局邀約下，美商KJCS 台精統(股)公司決定引進歐美風行已久的手工釀造啤酒傳統工藝技術(簡稱精釀)和系統至台灣，於高雄設立全台灣第一座小型精釀啤酒廠，更計劃陸續在台灣北部、中部設立小型精釀啤酒廠，即時供應全台灣新鮮的手工精釀啤酒。

歐美風行多時的手工精釀啤酒(craft beer)和目前市面上的啤酒最大

不同為手工精釀啤酒的口味變化多。因為小量精工釀製，並使用天然原料如全麥、蜂蜜及液體活酵母，不但可釀造出多種口味，更可依時節推出季節性口味。這和一般大啤酒廠用穀類及固體酵母只能大量釀造單一口味截然不同。

目前美商KJCS 台精統(股)公司與統一集團—南聯公司之子公司聯祿企業已策略聯盟，經由聯祿全台經銷通路銷售台灣第一家手工精釀啤酒。屆時國人將可在聯祿經銷網下的1500家中、西式餐廳、Pubs、酒店及KTV與歐美同步流行品嚐精釀啤酒，創造新世紀的精緻啤酒文化。



薤菜梗炒辣椒 DIY

材料：

薤菜兩把、辣椒少許。

佐料：

鹽、糖、醬油少許。

作法：

- (1) 將薤菜葉及根頭摘除。
- (2) 洗淨薤菜梗，置陽光下暴曬。
- (3) 薤菜梗加一大匙鹽，均勻撒入，待重壓後出水備用。
- (4) 辣椒切碎，薤菜梗切一寸長並過冷水，擰去水份。
- (5) 辣椒入油鍋爆香，加入薤菜梗拌炒，加少許



■ 辣椒先以油爆香，再放薤菜梗同炒。

糖，提味起鍋淋少許醬油，即可盛碟食用。

◎備註：

- (1) 菜梗醃過，炒薤菜梗時勿加鹽，以免太鹹。
- (2) 葉子部份可煮湯、炒食皆可。