



帶著客家味一起 PARTY 到世界各地料理出客家 WAY

專訪：盧俊斌

餐廳是一個城市的櫥窗，而飲食是一個文化的櫥窗，了解一個陌生的文化，從食物著手是最快的渠道，豐盛、美味的料理，甜了嘴、暖了胃、滿了心；於是我們帶著一道道殊滋異味，跨越國境，讓大家品嘗客家，進而了解客家。

翻轉味蕾 客家料理可以很時尚

2020 年 10 月，在臺北舉辦了「2020 台北國際白色野餐－客家文化食光展演」活動，這個源自法國，在全球有 32 年歷史，每年更有 90 個城市一起共襄盛舉的大型時尚派對，是臺灣第 3 年舉辦；企圖翻轉客家只有花布或油桐花的生活意象，讓白色元素與客家做連結，試圖從客家文化記憶中萃取出客家「白色」符號，以客家食材為媒介，佐以食物設計，將客家文化中的白色意象，轉化為秀色可餐的飲食展演計畫！

在這場白色野餐的活動中，大家都特地梳妝打扮，穿著各式白色服裝，現場充滿法式浪漫風情。主辦單位邀請前太陽馬戲團首席舞者張逸軍編導，以客家自然生態環境為題，結合金曲歌王謝宇威的音樂演出，舞臺上熱鬧非凡。除了客家文化的跨國精彩藝術饗宴，白色野餐日的重點就是來到現場參與的朋友們，都可以享受到客家美食，讓客家菜走出餐廳、走出廳堂，走進草地野餐去。這次負責設計白色野餐客家餐點的主廚盧俊斌，出身料理世家，耳濡目染之下，也誤打誤撞進入餐飲的行列，高中開始就被老師帶著四處參加料理比賽的經驗，讓盧俊斌更早就開啟各種創意料理的邏輯與思考，在各種不同的嘗試中，創作出多元、有趣、色香味俱全的創意料理。



2020 白色野餐受新冠肺炎疫情影響，全球僅剩 6 個城市舉辦，而臺北更是亞洲區唯一舉辦的城市。大家都穿上了白色的服裝，一同共襄盛舉。

「斌哥的 客家創意料理」

其實，一開始是日本料理師傅的盧俊斌，對於冷盤十分在行，也練就一身好刀工，但思及長遠的規畫，只會冷盤似乎過於局限，於是轉而接觸西式料理，開始練習自己烹調的技術，也因為西式料理的訓練，讓盧俊斌在料理的過程中，不斷加入巧思與創意，熟悉不同食材的味道，透過邏輯性的思考，讓酸甜苦辣各種不同的食材，在巧妙搭配下，呈現出令人驚豔的風味。

盧俊斌師傅嫻熟各種食材，了解不同口感的搭配，亦講究擺盤的設計，而這些色香味俱全的客家創意料理，在2020年白色野餐日的客家菜色設計上，可略窺一二。這次共推出紫蘇梅油雞飯捲、豉椒菜脯蘿蔔糕、東方美人茶香蛋、客庄桔醬板豆腐、豬油鮮蔬炸婆翠、香蔥肉燥鹹蛋糕等6道創意料理。其實熟悉客家料理的人都知道，客家食材中白的東西其實算很少，

因為客家料理滿多都會用醬油或是醃漬的東西，所以如何將白色元素融入到菜色中，著實考驗了盧俊斌師傅的創意與技巧。

透過野餐日的活動，讓大家有機會品嘗到這些客家的創意料理，結合白色元素，展現了客家文化的時尚面貌，原來，客家料理也可以這麼潮！

跨域交流 美食是最好的外交

我們都說音樂無國界，可以跨域交流；但飲食更是一個外交利器，透過美味料理，將文化推向國際。盧俊斌師傅至今仍不斷開發新的創意料理，就是為了讓大家可以更輕鬆、快速地認識不同的文化，藉由端出一道道美味佳餚，盧俊斌師傅善用自己的專長，讓更多人來認識客家。

「原來， 客家料理 也可以這麼潮！」

2017年受客家委員會邀請，到東南亞5個國家做客家料理的交流，做了一趟扎實的美食外交。短短15天的行程，香味四溢的客家料理遍及馬來西亞、新加坡、泰國、印尼與越南，一邊要教學，一邊要交流，還要迎接各式各樣的挑戰，每到一個國家，都要準備10道客家傳統菜色，還要發揮創意，運用當地食材，製作出創意料理。雖然沒有時差上的煩惱，但體力與腦力卻在這15天中來到了極限，到不同的國家都遇到不同的問題，只能臨場發揮。在客家料理中常出現的經典菜色，像薑絲炒大腸、梅菜扣肉等，在臺灣，製作這些料理對盧俊斌師傅來說，一點都不困難，但當來到異鄉，遍尋不著與臺灣一樣的食材時，如何做出類似的口感，就一再地考驗他。幸虧自高中時代就四處征戰的經驗，讓盧俊斌師傅不論到哪裡，都可以依據現有食材，發揮創意，即興製作出來，讓客家料理不僅在視覺上更豐富，味覺上也更融合，亦在國際上展現出客家料理的新風貌。

料理不是單一選擇 善用加法增添風味

傳統的客家料理，給人似乎只有一種顏色、一種口味這樣的印象，不過，近年來，可以發現各種各樣的客家創意料理，不僅在擺盤上讓人眼睛為之一亮，口感上也令人驚艷，且嘗過後便念念不忘。

料理不是用 $1+1=2$ 這樣的公式來進行，多方嘗試，善用每道食材的特色，輔以不同風味來調製或融合，利用創意，既可以保留客家元素，也可以開發新菜色。

現今的客家料理，已不再是隱身民居的家常菜，它搖身一變，除了是總統招待國外賓客的國宴料理外，也嘗試透過各種文化活動，讓客家料理換上華麗的外衣，搭著時尚的風潮，步上國際舞臺。所以，歡迎來到客家，我們準備上菜嘍！



盧俊斌

新竹寶山客家人，現為Bingo賓果廚房廚藝總監、Sabrosa花園餐廳主廚、仰德中學餐飲科兼任教師。曾受邀於「2020台北國際白色野餐—客家文化食光展演」製作6道時尚客家料理。曾獲台灣美食展全國廚藝競賽銅鼎獎。

「客家料理 好潮！」



豬油鮮蔬炸婆脆

材料：
杏鮑菇 100g
牛蒡 100g 麵粉 100g
紅蘿蔔 50g 雞蛋 2 顆
洋蔥 5g 水適量
香菜 30g 豬油適量

做法：
將杏鮑菇、牛蒡、紅蘿蔔、洋蔥切絲，香菜切碎後加入麵粉、雞蛋、水攪拌均勻備用。將豬油加入後依序取適當份量的蔬菜放入鍋中油炸至金黃酥脆即可完成。

紫蘇油雞飯捲

材料：
海苔 1 片
壽司飯 200g
紫蘇梅 5 顆
油雞 100g
小黃瓜絲 30g

做法：
將壽司飯平鋪在海苔上，依序將材料放入後捲起即可完成。

客家桔醬板豆腐

材料：
板豆腐 100g
桔醬 50g
甜辣醬 25g
醬油膏 25g
蒜泥 5g
水 50g

做法：
將板豆腐切塊水煮後備用，將桔醬、甜辣醬、醬油膏、蒜泥、水攪拌均勻後淋在板豆腐上即可完成。

豉椒菜脯蘿蔔糕

材料：
豆豉 30g
菜脯 30g
蒜末 30g
辣椒 100g
糯米椒 100g

醃料：
醬油 30g
胡椒粉 1g
糖 5g
蘿蔔糕 100g

做法：
將豆豉、菜脯、蒜末炒香後，加入辣椒、糯米椒拌炒備用，將蘿蔔糕放入鍋中乾煎後搭配拌炒完成的豉椒菜脯醬即可完成。

東方美人茶香蛋

材料：
東方美人茶 50g
紅麴米 5g
老薑 50g
糖 50g

做法：
將東方美人茶、紅麴米、老薑、糖、鹽巴，水煮沸後備用。將雞蛋水煮熟後去殼泡入醬汁 6 小時即可。

香蔥肉燥鹹蛋糕

材料：
肉燥醬 200g
蔥花 50g
低筋麵粉 500g
雞蛋 4 顆
糖 50g

做法：
將麵粉過篩，蛋白蛋黃分開，蛋黃和麵粉攪拌均勻，蛋白分次加入糖打發後，將麵粉蛋黃混入，加入肉燥醬後放入烤盤灑上蔥花烘烤（160 度 20 ~ 25 分鐘）即可。