



# 存入，作家的家傳菜譜 - 吳鳴

## 【媽媽在灶下】

每一道菜，都是記憶的迴響——菜包、紅粿、醃鹹菜……在縱谷豐田村的老屋中，年幼的吳鳴看著家人在天未亮時升火、準備農活，每一天，都在炊煙與灶聲中被喚醒，而灶邊觀看、聞香、偷嚐的時光，成為日後書寫與煮食的起點。

除了鑽研歷史與文學，這些年，吳鳴更成為一位下廚的人，臉書上一篇篇客家食譜筆記背後，總能看見媽媽（母親）的身影。「噠！」輕輕一轉，瓦斯爐的火焰開始跳動，一場穿越時空的對話，即將展開……。



## 吳鳴

本名彭明輝，花蓮客家人，東海大學歷史系畢業，政治大學歷史研究所碩士、博士，政治大學歷史學系教授，現已退休。乞食講堂，調音弄律，歡喜煮食，書畫自娛。曾任雜誌、叢書與新聞編輯。文學創作以散文為主；研究範圍為近、現代中國史學史，近年亦投注心力於當代臺灣史學研究與臺灣歷史教育。曾撰寫國中教科書《認識台灣·社會篇》（台北：國立編譯館，一九九七；與林富士合寫）。

### 獲獎經歷

曾獲第5屆時報文學獎散文首獎，3次國軍文藝金像獎，第18屆報導文學銀像獎、第19屆長詩金像獎、第20屆散文金像獎，教育部文藝獎創作獎散文首獎，中國文藝獎章等。

### 散文

《浮生逆旅》  
《我們在這裡分手》  
《素描的留白》  
《晚香玉的淨土》  
《結愛》  
《長堤向晚》  
《心路》  
《湖邊的沈思》  
《浮生逆旅》  
《秋光侘寂》  
《秋光拾得》  
《秋光喜捨》  
《歡喜來煮食》

### 史學著作

《晚清的經世史學》  
《臺灣史學的中國纏結》  
《中文報業王國的興起：王惕吾與聯合報系》  
《歷史地理學與現代中國史學》  
《舉頭三尺有神明：中和地區的寺廟與聚落發展》  
《歷史花蓮》（通俗歷史讀本）  
《疑古思想與現代中國史學的發展》

### 旅行文學

《來去鯉魚尾》  
《豐田和風情》



1 0 0 0 0 0 1 0 0 0 0 0  
1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0  
1 1 0 1 0 0 0 1 0 0 0 0 0

0 1 0 0 0 0 1 0 0 0 1 1

0 1 1 0  
0 1 0 0  
0 0 1 0 0 0 0 0 0 0

## 【 姆媽在灶下 】

邀稿 | 吳鳴

散步景美溪畔河濱腳踏車道，堤岸上臺灣百合開得燦爛，姆媽的身影悠悠自心底浮現。歲月迢遞，轉眼姆媽過身已經 32 年。時序迭替，思念不識閒。

臺灣百合是花蓮壽豐鄉豐田村的村花，1946 年，21 歲的姆媽帶著襁褓中的二姊，隨父親到這裡拓荒，日久他鄉變故鄉。

姆媽身量高大壯碩，臉如滿月，性格開朗樂觀，臉上永遠帶著笑容。我身形外貌酷似姆媽，遺傳了她的樂天。猶憶童年時，姆媽手握鍋鏟蹲在灶下，那模樣簡直是個大將軍。我坐在灶前用草蓆仔生火，草蓆仔上面疊置柴火，有山上砍的大柴，用斧頭劈成片狀，有從屋後合歡林撿拾的小樹枝，我用桂竹做的火筒吹旺灶火。有時灶裡的柴少了，就拿新柴補上，因大灶深，須用火鉗夾木柴堆攏。大灶邊預備一些當天或近日要燒的柴，平常木柴放在屋簷下，齊垛垛堆好。草蓆仔用禾桿紮成，有時也用竹枝仔或五節芒花葉，繞折成圈，長度約如手臂，用禾桿在草蓆仔腰上紮一下，生火的時候用。

客家人稱廚房為灶下，灶下的主角是大灶。家裡不論 1974 年以前的泥屋仔，或 1974 年改建後的灰瓦水泥屋，灶下都有一口大灶，就是那種磚砌或水泥灌漿的燒柴大灶，牆邊擺一個檯子放砧板切菜。姆媽用的菜刀很普通，就是村子街路上雜貨店賣的厚背菜刀，比片肉刀厚，較剝刀薄，即一般鄉下婦人做菜之通用刀，可以剝雞，切菜，但剝不了豬大腿骨。豬腳一般請豬肉攤剝好，其他葷素食材，全都靠這把通用菜刀。

姆媽是左手慣用者，但除了吃飯用右手，做各式農活和煮食，均可左右開弓，不僅切菜左右開弓，手握鍋鏟炒菜，亦是兩手無差別。我想姆媽用右手吃飯應該是姐婆（外婆）改的，否則不會所有事情均左右開弓，唯獨拿筷子不是。

大灶用途甚多，非僅日常三餐，做粿、煮豬菜、燒洗身水，都靠這口大灶。家裡的大灶是直式，即火口開在短邊。四十年後，我在龍潭鍾延耀大哥家看到橫式大灶，灶口開在長邊側面，而且有兩個

火口，分別燒火，灶肚內相通，火力可互相支援，覺得很實用，不知為何後山之大灶結構不同。家裡的大灶只有一個火口。大鍋近灶口，用來炒菜；小鍋在灶尾，用來煮飯，灶尾鍋是前面燒著的柴火，用火鉗推過去。後鍋飯熟後換個鍋子燒水，前面的大鐵鍋煮好菜後，也燒一鍋水，供全家人洗身。食過飯，洗完身，大鍋用來煮豬菜。豬菜即番薯藤，有時連番薯一併丟進去煮，番薯和豬菜煮好後，挑到豬寮餵豬。長大後回想，就臨暗那會兒時間，一口大灶要幹這麼多活兒，而且全部是姆媽一個人忙上忙上，我只是坐在小板凳上幫姆媽燒火。

客家吃食簡單不繁複，炒青菜就炒青菜，極少配東配西，偶爾加個五花肉片或肉絲炒，沒太多花頭。瓜果和葷食稍較多變，諸如鹹蛋苦瓜，可以做成蛋白、蛋黃一起炒的簡式鹹蛋苦瓜，亦可做成蛋白、蛋黃分開炒的金沙苦瓜。鳳梨炒豬肺，薑絲炒大腸，冬瓜封，客家小炒，均出身客家菜而普遍流行成為名菜。



[MEMO]

美味就是，  
有姆媽的灶下~



[MEMO]

客家人習慣以醃漬方式保存食物

或許是遺傳了姆媽的煮食基因，洗手做羹湯對我不算太難。1978年春天大學一年級下學期時，姆媽因退化性關節炎不良於行，剝雞不太方便，於是我從火伙升格為廚房助理，初次擎菜刀剝雞，開啟我的煮食之路。平日煮食我會做一道姆媽菜，練一道館子菜（俗稱功夫菜），兩路並進。姆媽的菜式比較簡單，館子菜須費工夫。如果是新菜，我一般會練三次，第一次照書做，第二次以己意稍加調整，第三次從心上化為在手上。

姆媽做粿深得娒婆（外婆）真傳，菜包、紅粿、蟻粿（蟻粿：客語稱艾草糕為蟻粿，蓋艾草揉碎後的斑點像螞蟻故名，亦稱艾粿，客語蟻、艾同音）、粿粽，無一不佳；尤其姆媽做的菜包，用柚葉襯底，那種獨特的香味，數十年後猶自口頰留香。童幼時做粿要送米到村子街路上的豆腐店磨，小學五年級家裡有電以後，姆媽買了台磨粿機，從此做粿不求人，逢年過節常有隔壁鄰舍來借用。

客家人做粿各有其度，取材多從生活來，或來自農稼，或為野生植物。姆媽做粿照起工，依循客家傳統，粿粽用月桃

葉，鹹粽用桂竹箬，鹼粽用麻竹葉。非僅粽子，客家粿亦條理分明，菜包用柚子葉襯底炊，蟻粿（學老人名之曰草仔粿，用黃花鼠麴草做的）、紅粿用香蕉葉，葉葉各司其職，故爾粽子和各種粿的味道，包含葉香在其中。但我在龍潭鍾延耀大哥老宅看他們做蟻粿是墊月桃葉，好友林子夷姆媽包的蟻粿亦墊月桃葉，不知是否移民後山所改。蓋花東縱谷有香蕉園，香蕉乃我故鄉壽豐的重要經濟蔬果，故爾將墊蟻粿的月桃葉改成香蕉葉。客家粿不僅炊粿襯底的葉子有別，餡料亦各有其度。同樣以菜頭為餡料，菜包用生菜脯絲，蟻粿用菜脯絲乾，鹹粽、粿粽用碎菜脯（菜脯切小丁）。

父親每天早晨5點出門耕種，姆媽4點半起床，起大灶燒飯、煮食。客家人早餐食飯不吃糜，姆媽煮兩三道菜，半小時了事，好讓父親在天未光時下田。

客家人歷史上經多次遷徙，習慣以醃漬方式保存食物，其中最廣為人知的是菜脯與鹹菜，此外，尚有高麗菜乾，花椰菜乾和長（缸）豆乾，一般非客家人較少吃，這三種食材連客家餐廳亦非常見。

慢冬稻收割以後，父親會犁兩畦田給姆媽種芥菜和菜頭，客家人稱芥菜為覆菜或大菜，新鮮覆菜煮番薯湯，或加葷料煮覆菜排骨湯，番薯覆菜雞湯，過年時則用來煮長年菜。學老人一般煮刈菜蛤蠣雞湯，不像客家菜喜在苦菜中加甜食材，如南瓜或番薯。但一畦覆菜可不是三兩棵，除生覆菜用來炒菜、燉湯或過年煮長年菜，大量的覆菜主要是曬鹹菜。

客家人曬鹹菜可謂一魚三吃，頭一日用鹽醃漬，置大甕缸中，呼孩童上甕踩，踩好後用大鵝卵石壓，反覆數次，發酵幾日後，取出數棵置小甕中，即為水鹹菜，外省族群謂之酸菜。有日頭時鹹菜舖在禾埕上曬，曬後放回甕缸，仍喚小兒上甕踩，接連數日，待鹹菜脫水後，取其半數裝入玻璃瓶（以酒瓶為多，偶用汽水瓶），名曰鹹菜，用灶灰封口，即一般稱福菜者；其餘半數繼續曬至全乾，以鹹菜本身綁束成紮，名曰鹹菜乾，即一般所稱之梅干菜，做梅干扣肉的就是這種鹹菜乾，煮鹹菜鴨用水鹹菜（酸菜）。客家館子所做福菜肉湯或排骨湯，所用福菜則為鹹菜。

菜頭亦是一菜多用，除了生鮮菜頭煮湯，更多是用來曬菜脯。姆媽是左手慣用者，但右手與左手同樣麻利。我第一次發現姆媽有這個本事是曬菜脯時，姆媽在大腳盆上置一塊砧板，右手握菜頭，左手拿菜刀，悉悉刷刷切將起來；過了一段時間，換成左手握菜頭，右手拿菜刀，繼續切將下去；坐在門前墀階上的我，簡直看得目瞪口呆。半個晌午，甕缸已裝滿菜脯，灑上鹽巴，命我上甕踩。切好的菜頭加鹽醃漬一日，收取一小部分尚未日曬的菜脯置小甕中，名曰水菜頭，即一般所謂醃蘿蔔，乃佐食佳品。其餘菜脯舖曬禾埕，切兩日，醃兩日，整年的菜脯就齊備了。後來我發現砍蔗尾，剝蔗栽，撒肥，鏟秧苗，姆媽都有本事左右開弓，一人當兩人用。我是右手慣用者，無法像姆媽那樣左右開弓，難怪姆媽老嫌我笨，叫我憨牯。

遠離故鄉竹北豆仔埔，來到後山豐田村，猶似移植的臺灣百合，落地生根，花開燦爛。每年春夏之交，臺灣百合盛開，我彷彿見到姆媽的身影，高大壯碩，臉如滿月，燦爛地笑著。

注：本文使用姆媽稱母親，係來自海陸腔客語阿姆（a+ me\），發音如漢語之阿妹。因與學老話漢字寫法相同，故爾易寫為姆媽，庶免讀者誤讀成學老話。姆媽亦為對母親親暱的稱呼，為嬰幼兒牙牙學語時，教孩子發出之音。



[MEMO]

姆媽做的菜包，  
用柚葉襯底，  
那種獨特的香味，  
數十年後猶自口頰留香。