



續存・走入我們的文化存摺食譜

飲食記憶中的鄉愁

撰文 | 羅思容

閉上眼睛。

記憶的引線依循著氣味的祕密路徑，
或浮或沉、或開或闔，直達鄉愁的居所。

沒有鄉愁的人，儼然無根。

而鄉愁的形狀、顏色、氣味或滋味又是什麼？

飲食和鄉愁、記憶有甚麼關聯？

每個族群因著不同地理環境和生存方式，形構出
獨特的飲食世界和味覺文化，就像是一座獨特的
味蕾之城。我說：

“味蕾是一座神祕的城
食物是通關密碼”

在我生活中收藏了各類的菜脯（蘿蔔乾），經常把來自各地不同年份的菜脯即興煮成雞湯；醬冬瓜排骨湯也是最愛，加點長豆乾更是營養和風味加分。鹹湯圓的香Q、沾糖花生粉的粢粑（麻糬）都是日常解饞的點心，除了這些食物之外，七層塔炒蛋酒，更是我的一帖療癒鄉愁的偏方，還有仙草雞，也是我在紀州庵文學森林餐廳提供的作家私房菜之一。

紀州庵作家私房菜

坐落於新店溪畔的紀州庵文學森林，前身是百年歷史建築。2004年，遺址被列定為臺北市定古蹟。2011年，古蹟旁建立起新館，並以「紀州庵文學森林」為名，展開許多文學與文化的推廣活動。

紀州庵文學森林封德屏館長於2011年接受委任經營，初始階段也面臨諸多挑戰。2015年，封姐以「吃文學、飲人生、烹煮日常」的概念，廣邀文學作家提供私房菜。張拓蕪的牛肉麵、古月的獅子頭、方梓的紅麴肉以及我的仙草雞，便是紀州庵文學森林餐廳最早的菜單，至今已經有18位作家提供18道別具特色的私房菜，「把文學放進烹飪中，烹飪裡有文學的底蘊」也開啟了臺灣飲食文學的熱潮。

最喜歡七層塔！



“小時候，感冒才吃得到的豬肉豬腸湯或鮮魚湯，放上幾朵七層塔，頓時讓整鍋湯釋出上揚的能量。”



在羅思容畫筆下，七層塔炒蛋酒化為一幅鄉愁的滋味。

七層塔就是俗稱的九層塔。花有白色、淡紅色或紫色，具異香。花序層層如塔狀，故稱九層塔，客家人稱它七層塔。

在日客的客家菜裡，七層塔煎蛋或炒吊菜仔（茄子）都少不了它，也有將七層塔切碎，倒上醬油醋，沾白斬雞、白切肉、或是菜頭板。小時候，感冒才吃得到的豬肉豬腸湯或鮮魚湯，放上幾朵七層塔，頓時讓整鍋湯釋放上揚的能量。

只可惜七層塔的取得有季節限定，於是我又再給紀州庵提出另一道「仙草雞」。

傳統的客家是山居民系，山居生活一切自給自足，在消費物資取得不易的年代，每樣食材，女人家都得要精打細算。對於客家人的日常，美味不是廚藝的唯一考量，該如何保存食物不致腐壞，又能讓食物不被快速消耗，是客家婦女最費心思量的；因此客家傳統食材的曝製和醃漬文化，可以說是客家女人在對應生存的飲食策略，也呈現客家族群在地、儉樸、真味的烹調取向。

說到仙草雞，就會想到住在北寮的叔公。

客家人叫月經初潮的女孩「轉骨」，閩南人叫「轉大人」，居住農村的客家阿婆或是母親就會在每個月「好朋友」來的時候，以麻油、七層塔煎蛋給女兒吃。我媽媽煮的七層塔炒蛋酒是平日吃的，吃過後體內的血管、筋骨、細胞彷彿一一被喚醒、活化。

平日節儉的母親，經常煮七層塔炒蛋酒來保養。她說這道食物能益筋骨、補血氣。在早期物資不豐裕的年代，勞動者的保養品就靠日常隨手可取的食物。

七層塔炒蛋酒

飲食和鄉愁

一開始我提供的菜單是七層塔炒蛋酒。這是我獻給母親、獻給客家、獻給土地的一道樸實料理，更是療癒自己鄉愁的一帖偏方。

- 七層塔四兩（落油罐）
- 雞春三粒（散打）
- 米酒一碗、水兩碗
- 麻油適量、調味料少息
- 外加童年八錢
- 阿姆十兩
- 故鄉一斤
- 山个味緒七錢
- 雲个氣息三錢半
- 風雨六分
- 人情十分

在有月光个暗晡服用效果奇佳
微醺之後，對月當歌



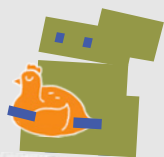
仙草雞湯

| 叔公家的農園天地 |

住在北寮鄉間的叔公家就像一座完整的農園天地，種稻種菜種茶種果，牛羊豬、雞鴨鵝也養不少，屋前坎下還有一口塘，塘裡有鱸魚草魚鯉魚烏鰡。每年農曆過年期間，爸媽就會帶著我們兄妹三人坐上巴士，一路是顛簸的山路，北寮站下車之後還要盤山而行一小段山路，經過一座茶亭，喝過奉茶的甘露茶水後，就可以一口氣走到叔公家了。

我們平日極少吃到的鵝肉、紅燒烏鰡，甚至九蒸九曬的酸柑茶，都是在叔公家見識到的客家飲食。傍晚要回家時，叔婆和叔母更是大包小包的等路——各類的山珍野味和蔬果，甚至一定會燙好一隻全雞讓我們帶回家，而仙草乾也是其中的一樣祕寶。

每年夏天一到，為了預防家人難耐炎熱中暑，媽媽就會熬煮仙草乾。一杯仙草茶看似簡單，得要慢火熬煮兩三小時，煮好之後，母親把仙草乾撈起來並置入黑糖，整個屋子霎時盡是濃濃的仙草味，喝上一杯，暑氣與煩躁盡消。



| 仙草全雞 |

還記得曾有一回，北寮的叔叔下午來家裏，除了滿載自種的蔬果之外，還帶了一隻雞，在沒有冰箱的年代，雞肉必須即刻處理，叔叔說煮仙草雞也很好吃，於是母親二話不說，將仙草乾洗淨，和全雞一起置入鍋裡文火慢煮。沒想到雞肉的甜味和仙草的風味，竟融合成一股非常誘人心神的鮮甜滋味，我不時地跑去掀鍋，問媽媽甚麼時候可以煮好，尤其是烏金的湯色，浮著一層金亮的油，真是令人垂涎三尺啊！我迫不及待喝上一口，哇！真是好吃，一點都不油膩而且獨特的香潤味道，令人畢生難忘。

兩三小時的慢火熬煮，雞肉早已軟爛，那晚我們「十」指大動，邊喝著濃郁的湯汁，邊撕著黑色的雞肉，我和二哥開心地吃著兩根雞腿，只有大哥不想吃，他只喜歡白斬雞。後來進入到有冰箱的年代，仙草燉全雞的奢華已經不再出現，節儉的母親，除了過年過節之外，雞肉都是剝成一塊一塊地慢慢煮慢慢吃。



(左圖) 如今，每年 6-8 月都可以來紀州庵文學森林，吃上一份「鄉愁的仙草雞」，品嚐羅思容的客家回憶。(右圖) 紀州庵文學森林的風格茶館中，共有 18 道「作家私房菜」，與食客們分享各領域藝文創作者的人生故事。

| 飲食時光記憶 |

成家之後，我的仙草雞，沒有全雞只用剝好的雞塊或是雞腿肉，也不是整株的仙草乾熬煮兩三小時，在方便之餘，我選用關西農會出品的即溶仙草粉，一小包就可以煮成 1000cc 的仙草茶。

進入更年期之後，經常盜汗、體力下滑、身體的津液不足，為了預防缺鐵性貧血、調控血壓、提升免疫力、養血安神，中醫師要我多吃龍眼乾，因此煮仙草雞時，我靈機一動特別加入龍眼乾，卻意外發現龍眼乾獨特的香氣和甜潤，對仙草雞起了畫龍點睛的作用，他們讓仙草和雞肉更加融合在一起，最後撒上枸杞，讓整個色調鮮活了些，這道食物爽口又滋補，男女老少，四季皆宜。

其實每個人的成長過程，都有屬於自己的一座味蕾之城。我以為向飲食致敬的最敬禮，便是繼續記憶它、烹食它，從舌尖到咽喉之間，繼續像料理的雕刻師一樣，雕鑿一個一個獨特的時光記憶。

羅思容

苗栗客家人，詩人、畫家、音樂家等全方位創作者，現為「羅思容與孤毛頭樂團」團長。長期關注並為女性議題發聲，透過音樂思索客家女性多樣的內在情感及圖像，作品曾多次榮獲金曲獎肯定。



“其實每個人的成長過程，
都有屬於自己的一座味蕾之城。”