



鹹鯉魚鮮吃 營養又美味

吳榮藩

鹹魚醃製的鹹鯉魚，過去在本省，是家庭佐餐常品。光復後因為輸入量少，成為貴重珍品，只有在高級食品行才有供應，價格自然不會便宜了。

鱒魚是冷水魚，在台灣無法普遍繁殖。只有高冷地帶，夏季水溫在攝氏二三度以下的地區才能飼養。目前除了水產試驗所的馬陵養鱒場以外，民間唯一的專業養鱒場設在台北縣金山鄉八烟村。

鱒魚引進本省，已有十七年歷史。四十六年一月二十一日，水試所鹿港分所長郭河，由日本攜帶鱒魚受精卵三千粒返台，是鱒魚引進本省之開端。當時尚還沒有養鱒場地，只好將其中二千粒移放在大甲溪上游佳陽村一帶。

其餘一千粒在鹿港分所磚池內孵化。培育至三公分左右的魚苗，再由南投縣政府放養於霧社臨時蓄養池。飼養至同年十月十四日，放養在霧社水庫中。

後來，四十九年二月十七日，再度由日本引進發眼卵二十萬粒，在南投埔里鎮觀音臨臨時孵化場孵化飼養。可惜當年八月間遭遇颱風，山洪暴發，所有鱒魚及設施全部沖失。

嗣後選定谷關馬陵養鱒場現址後，於五十年一月二十九日，又引進發眼卵五萬粒孵化飼育。十餘年來，馬陵養鱒場在困難情況下慘淡經營，成為本省養鱒事業的基楚。金

1. 清淨的冷水源，四季水量豐富。
2. 水質良好，水溫最高不超過攝氏三十三度。

3. 交通方便，鄰近消費市場。

4. 地質良好，注排水方便，不受地勢限制。

本省位於亞熱帶，除了高山地區外，夏季水溫都在攝氏二五度以上。如要交通方便，鄰近消費地，就難找到低水溫的水源。五十九年夏季，我在距離台北車程二小時以內的山區，走遍了坪林、烏來、復興等地，都找不到適當的場所。無意中發現七星山麓有豐富的冷水源，却是一個十分理想的養鱒場地。

金山養鱒場從六十年九月開工，六十年六月完工。六十年八月由日本進口中型魚苗（五〇〇尾／公斤）四萬尾，養成至三〇〇公

山養鱒場也是在水試所和郭河所長的鼓勵與指導下經營的。

養鱒魚需備下列地理條件：

幾種食物營養比較表

(精肉每100公分營養含量)

	熱量	蛋白質(g)	脂肪	炭水化合物	維他命A (I.U.)	維他命D	他維他命B ₁ (mg)	他命B ₂	他命C
河 鰻	249	20	18.0	0.3	3,000	150	0.01	0.1	1.5
牡 蠣	96	10	3.6	5.1	70	—	0.3	0.2	5.0
斑節蝦	84	16	1.1	1.5	40	—	0.01	0.11	2.0
牛 肉	146	21	6.1	0.3	30	—	0.06	0.13	—
雞 肉	135	21	5.0	—	40	—	0.14	0.87	—
虹 鱒	175	19.5	10.0	0.3	60	140	0.10	0.05	—



門神 (陳武雄)

克左右，開始發售。

六十一年十二月中旬，再由日本進口發眼卵五十萬粒，孵成魚苗約四十萬尾，不幸發生白點病大部分死亡。六十二年四月間由馬陵養鱒場供應小型魚苗一萬尾，六十二年底進口發眼卵三十萬粒，現已孵成魚苗，正在飼育中。

鱒魚飼料需要動物性，目前金山養魚場以新鮮白帶魚為主。魚場備有冷凍庫，由基隆魚市場購入新鮮白帶魚冷凍備用，其中五分之四加工成魚粉，摻和麵粉、酵母粉、維他命、魚精混合，另加五分之一鮮魚，煉製成粒狀飼料。投給顆粒的大小，以池魚的體型大小為準，通常每天給飼一、二次。

稚苗期飼料以牛肝磨粹和奶粉，而後逐漸改用鮮魚替代牛肝，每天投給五、六次。養成至體型五公分左右，就可以投給一般飼料。

鱒魚是嬌嫩的魚類，對於惡劣環境抵抗

力差，水質與水溫如有激烈變化，或是飼料不新鮮，可能立即患病或死亡。一旦疾病發生，在流水狀況下，投藥治療既不經濟，效果也很低微。

鱒魚蛋白質含量高，並且含有豐富的維他命D，是高能量、低脂性的高級魚類。維他命D能促進新陳代謝，有增進骨骼發育功能，所以中老年人、病患者、產婦、幼童、常食鱒魚有益健康。

日前鱒魚在台北的銷售，尚未普遍展開，因為國人對鮮活鱒魚的認識不如河鱖。其實鱒魚的營養美味，超過河鱖，請參看日本食品營養分析（如前頁比較表）。

估計台北市的消費，每日平均可達五〇〇公斤左右，（過去河鱖消費費每日平均一、〇〇〇公斤以上）。金山養魚場即使全力生產，由於水量所限，年產量也只有五、八萬公斤。

目前生產量少，金山養魚場的產品，在少數餐館中試銷。



春意（白衛理）

所長希望，有意養鱒魚的朋友，能夠找到合適的養鱒場地，水試所可提供技術服務。將來鱒魚大量應市，觀光客在亞熱帶的台灣，吃到北美洲的冷水鱒魚，一定會有特殊的感受。

在加彭，無論飲食，都是見者有分。你的午餐也許只是一個芒果或一個小鳳梨，看到有人走來，主人都會分他一口，並無不樂意表情。烟斗點上火傳來傳去，再傳回主人手上時，已經吸不出烟來了。

有一次，我看見一羣人帶著獵網和十幾隻狗去打獵，忙了半天只圍捕到一隻小羊，每人分到幾兩羊肉。我正巧載著我的工人駕車經過，他們馬上請我停車下來，大家打招呼。然後十幾個人都從他的一小包肉裡，分一點兒給我的工人，因此得到一頓豐富的午餐。

在彭高市（Moungouille）附近的居民

非洲加彭風俗（一）

盧水生

常到我們示範蔬菜園來抓夜盜虫之類的幼虫，有的炒著吃，有的滾清湯。清湯裡撈出一條條花花綠綠的虫，用手抓起來往嘴裡塞，真是不敢領教。發臭腐爛了的魚肉，加彭人若無其事的食用，甚至還有所偏愛呢！

我還看到有人撿到一隻腐爛生虫的小編蝠，他立刻點燃了乾草，烤了片刻，眼見他連生的虫也全部吞下去了，吃得津津有味。

加彭居民的主食多半是樹薯、山芋、甘蔗或是煮食種香蕉。遍地原始森林，不愁沒得吃的。米飯還是點綴性的，

偶而吃一、二餐。在吉班加（Tchibanga）的巴布努族，酷愛用甘蔗釀成烈酒，他們稱為姆宋古（Mousongou）。常見路旁一堆人共飲，談笑風生，沉溺於忘我之境，真是「酒逢知己千杯少」。

他們在吃的方面極端大方，談到工作却斤斤計較，分得清清楚楚的，父子兄弟之間也不相幫忙。我們示範農場的工人中，有一位五十多歲的工人，他的兒子也一起工作。農場為了趕工作進度並方便管理，採取包工制。每天每人只要做完指定工作量，便可回家。

我眼見那個年輕力壯的工人，到中午便完成，他的爸爸還在汗流夾背的做工，他却自個輕鬆的吹著口哨走了。

在家庭裡，婆媳之間的工作亦復如此。老婆婆駝背弓腰，與年青媳婦同樣背著沉重籃子到森林裡做工，各採各的樹薯或香蕉，回來才各起爐灶的煮。

在每年雨季來臨之前，丈夫到森林裡去選地，砍除雜樹、雜草而後燒毀，男人的工作到此結束，播種、管理、收穫一概是女人的事了。燒完樹草後，男人便竟日躺在椅上休息，女人背著籃子天天到森林去工作，想辦法找食物回來供養丈夫。