



採收下來的破布子

水份，放入瓷盆中，以乾淨的木棒，將破布子攪拌成糊狀，並趁熱加入食鹽，然後用小碗做模子，把破布子盛於碗中，加壓成扁圓形塊狀，待冷卻後扣出，就成為美味的破布子丸。這種古老傳統的加工製作法，雖然繁瑣，却鮮美衛生。

顏月華小姐表示，製作破布子的過程中，有一項禁忌，即破布子不能與芒果混合，例如煮破布子的薪柴，就不能拿芒果的枝葉來當柴燒；有經驗的人都知道，用芒果樹枝葉當柴燒的話，破布子不能結成糰，所以，住在鄉下的人都知道，破布子可以解毒，尤其是吃了太多芒果，有人會過敏或長瘡，這時可藉助破布子開脾健胃整腸。破布子的纖維含量高，常吃大魚大肉纖維攝取不足的都市人，不妨回過頭來嚐嚐這種香香鹹鹹的民間傳統食品，不僅風味清新，而且有益健康。

莊總幹事表示，左鎮鄉沒有特殊推廣作物，造成地瘠人窮的現象，而破布子生長所需要的氣候土壤，左鎮鄉却都具備了，值得大力發展。左鎮鄉處於休閒觀光路線的中途點，曾文水庫、走馬瀨農場、南橫公路、化石館、南化水庫、楠西香蕉山（賞梅）等風景名勝，都在附近。當你途經左鎮鄉，可別忘了洽購這種頗具鄉土情懷的健康食品——破布子。



雨季食品

破布子

破布子是早年鄉間農民的雨季食品，每年六、七月，採下成熟的破布子，調理之後儲存起來，遇上颱風來襲，破布子就是最好的下飯佐菜了。六、七月間也是芒果上市的時候，民間傳說破布子有解毒作用，農民因此常吃破布子清清腸胃。

今年左鎮鄉農會在農委會與農林廳輔導下，生產了 31,170 個破布子，每個半斤重的破布子訂價 70 元，如果消費者有興趣，不妨打電話向左鎮鄉農會訂購，附贈精美破布子食譜，電話 (06)5731716 或 5731717，地址：台南縣左鎮鄉中正路 98~1 號。

農委會食品加工科林子清技正說，破布子的加工過程非常簡單，只經過去蒂→清洗→殺青→攪爛→成型→冷凍儲藏幾個步驟而已，添加物只有食鹽 1 種，所以破布子是非常健康的天然食品。

文圖／溫秀嬌 ■