

花蓮光復鄉招牌特產

光豐地區農會／林清水

紅糯米

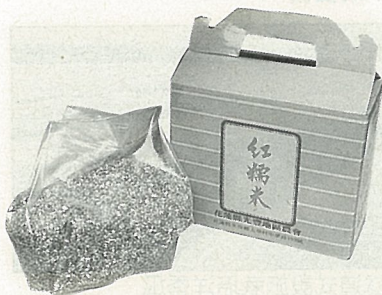
花蓮縣光復鄉是阿美族的發源地，原稱“紅粟米”的紅糯米是光復鄉的特產。

傳說阿美族先民移民台島時，臨別之際，先民有感於要離開故鄉而面對風強浪高充滿瘟疫之氣的不知名小島時，不覺百感交集，依依難捨。為繫親情，其族人隨船裝載紅糯米穀一袋，以利先民到達新生墾荒之地可以繁殖食用。直到今日，阿美族人每遇婚喪喜慶之重大節慶都要蒸食紅糯米，以示不忘本。

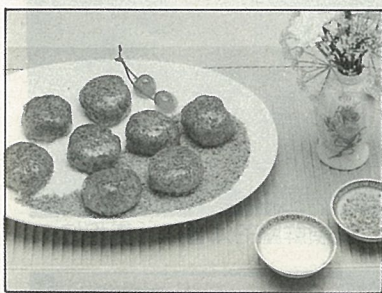
紅糯米屬香米系，阿美族語叫“Ka Te Pai”，其米飯有淡淡清香和越嚼越Q的口感。它所含維生素A、E、鐵質及蛋白質均要高於一般的白米，所以它亦是虛弱療養者或是產後滋補的聖品。

紅糯米本是“陸稻”種，可長於旱地、坡地等天然條件較惡劣的環境；但經世世代代的改良始成為現今的“水稻種”。但其原始的農藝特性仍然保存，諸如其稻葉顏色較深濃，植株較高，抗病虫害，最大特性在於每顆穀粒有長長的紅穎刺，不分蘗（3株秧苗插後，到採收期也只有3株，不能像普通水稻分蘗成叢。），易倒伏不能行機械採收，全生育日數較長。

紅糯米是香米的一種，所含的維生素A、E、鐵質及蛋白質均高於一般白米，除可做各種點心類食品外，亦是虛弱療養者或產後滋補聖品。



小包裝紅糯米禮盒，體面又實用。



紅糯米做成糰糰，好看好吃又營養。



花蓮縣光復鄉第一特產——紅糯米。

紅糯米自古即是阿美族重大慶典祭祀必備的食品，但因其單位產量低（不分蘗），生產成本高（不能行機械作業，工資高），並非一般消費者或非產地的人所能輕易嚐用的。

光豐地區農會總幹事廖學復為向社會大眾推薦此鄉土的健康食品，自民國75年起與阿美族農友訂定契作產銷，高價向契作戶收購後，再行加工成小包裝銷售全省各地。也為了使小包裝紅糯米成為“送者體面，受者實惠”的禮盒，廖總幹事總是親自參與每場促銷品嚐及一次又一次的口舌解說，越經數年的辛勤，總算為光豐地區農會打响一個招牌特產。

阿美族人的紅糯米傳統食用法有二：

1. 以泡桐蒸斗或竹筒蒸食，煮成紅糯米飯叫“Ha Hu”，香Q可口。

2. 浸泡碾製成漿蒸食，如糰糰，阿美族語叫“Turu”。

紅糯米外表自有一份耀眼奪目的鮮紅色澤，無論其製成年糕、紅龜粿、湯圓、八寶飯、八寶粥、小壽司、竹筒飯等，皆能表現一份古典的光鮮和艷麗色彩，只要看過、吃過定會留下不能忘懷的深刻印象，如果您願嚐試，請電洽花蓮縣光豐地區農會推廣股

(038)702231 - 5