

如果要選一種真正代表中國菜的食物，非竹筍莫屬。中國人最懂得吃筍，早在幾千年前，就知道從衆多苦味的竹筍中挑出甜美可食的，令洋人嘆為觀止！

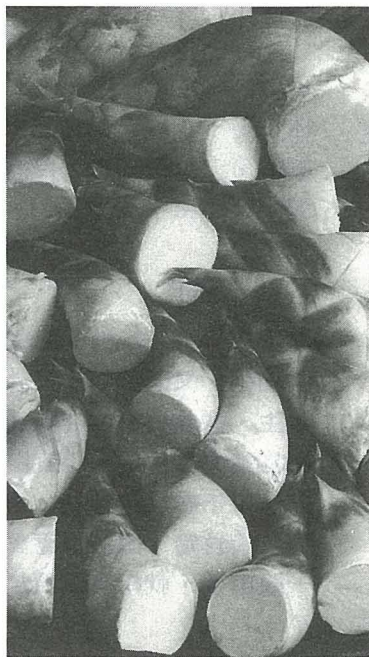
住在台灣的人真有福氣，一年四季都可吃到風味不同的筍子。12月至翌年2月生產的孟宗筍，又稱冬筍，質地細，纖維少，風味特殊。2~3月的毛竹筍，以毛茸茸的筍殼為其特徵；4月起至9月間，本省各處山區都有綠竹筍生產，略帶牛角形的綠竹筍肉質細緻，口味鮮美，採筍後，宜儘速烹調，可保存其鮮味。夏秋之際，本省中南部山區盛產麻竹筍，但多數做為晒製筍乾，筍茸等加工品，鮮筍上市量不如綠竹筍；同時筍肉稍含纖維，風味稍遜。其他如野生的桂竹筍及箭竹筍，產量少，市售者多為加工品。



封面故事 最中國的中國菜

竹筍

中國菜聞名全球，但是，通常稱通中國菜者，不外乎著重在色、香、味俱佳，口感好。而有一些真正代表中國菜的食物，却都被遺忘，或是被忽略了。誠然，在許多時候，聽到些嘲弄中國人無所不吃的話，這些言詞，多少帶有一點中國人食物範圍過分廣泛的不可思議。可是，在中國食物裡面，確實有幾樣，被世界各國所接受，並且成爲中國菜的代表。



筍形彎曲如牛角的綠竹筍(林高展 攝)

早先，洋人東來，除了見識了中國的地大物博之外，對於中國食物中，嗜食草根、豆芽和竹子，自然感到新鮮和好奇，也留下了一些記載。事實上，這些西方從未見聞過的食物，除豆芽不必多做說明，誰都知道之外，草根是指荸薺，只因其植株像似一叢叢的雜草，其地下小球莖就像是根。至於竹子，就更荒唐了，中國人確實吃竹子，但應解釋爲“竹之子”，這是古時候有些文士喜歡給予竹筍的稱呼。在洋人眼中，中國人的這三種食物，可算開了眼界。只是，時日一久，東方睡獅從未有吼聲，洋人漸漸的摸清中國的一切，如今，享用中國菜，就只重視色、香、味了。

世界上，生產竹子的地方很多，原產地在東亞熱帶地方，自印度東延，直到日本。如果說竹子的品種，那可更是不計其數了，例如有些竹子是方形的，可不是一般人都見識過的。無論那一種竹子，都有地下莖，也就是一般人所說的根。這些根，和竹子一樣的有節，不一樣的地方是節有鬚。竹子往上長，每一個節，可長出一個竹枝，再分生出若干竹葉。根則往土裡長，每一個節也可長出一枝新芽，冒出泥土，就成爲另一棵竹子。而在出土以前，質地柔軟，甜美可食，就是竹筍。只是大多數的竹子。筍子帶有濃厚的苦味，只有極少數的竹筍，是可以吃的。這也就是，重視吃的中華民族，能比別的國家，早了幾千年就開始吃筍子的來由。

無論那一種竹筍，除了筍體之外，都有包葉，稱爲籜。有時籜的尾端多出一小塊尖頂，稱爲籜舌，有些竹筍却沒有籜舌。而各種筍子的老化都很快，從採收到下鍋之間時間的長短，常使得筍子的風味有顯著的差別。

本省生產而供食用的筍子種類不算很多，如依照年曆的前後，上市順序分別介紹，就有下列幾種。

1. 冬筍

這是國曆12月至2月的產品，和一般筍子春天生產是大不相同的。筍爲黃牛角形，小小一根，籜淡黃色，平滑無毛，籜舌短縷。肉質相當細，纖維很少，是所有食用竹筍中，最耐貯藏的一種。

冬筍在我國可是大大有名，二十四孝中，孟宗哭竹得筍奉母的故事，就是冬筍。因此，長出這種筍子的竹子，就叫孟宗竹了。到過溪頭遊覽的朋友，對於挺直高聳的孟宗竹材，該有一些印象吧！

選購冬筍時，以筍支均勻，筍基小爲佳。

2. 毛竹筍

每年2~3月以後，有一些籜片帶有淡黑色茸毛的筍子上市，一般稱爲毛竹筍或簡稱毛筍。在所有各類食用筍子中，就只有它有毛，和其他筍子有鮮明的差異。其實這種毛茸茸的筍子，就是孟宗竹的春季新芽，這也是孟宗竹不同於一般竹子的地方。而由於孟宗竹原產於我國江南地方，毛竹筍就

有了江南竹筍的別名。

毛竹筍比冬筍大了許多，肉質雖細却不如冬筍實在，纖維也少，籐除了密生淡黑色茸毛之外，籐舌不明顯。

選購時，以籐頂端密實為佳。

3. 烏脚綠竹筍

烏脚綠竹是綠竹的變種，屬於本省特有的竹品種。3月間開始上市後，約可供應到5~6月間。筍長條形或略為彎曲，筍體大形，籐上黃色帶有黑色斑紋，有時著生淡綠黑色茸毛。籐內面為赤色，為各種筍類中，最為特異之處。

照說，烏脚綠竹是綠竹變種中，筍籐基部色澤烏黑，而有“烏脚綠”之名。但近年來，有些說法是因通常稱筍為筍殼，遂因其色澤稱為烏殼綠竹筍。好在台語「脚」與「殼」音相近似，也就以訛傳訛，稱做“烏殼綠”了。

關於烏脚綠竹筍的選購方法及使用注意事項，可參考接下來介紹的綠竹筍。

4. 綠竹筍

綠竹是本省特有的竹子，清代彰化縣誌已有記載，却没有登載到學術界中，以致於植物學界的說法，綠竹是1864年，在淡水發現的，而其發現者，當然不是中國人。這是我國人，未能重視自然科學所造成的遺憾。

每年4月至8~9月間，本省各處山區，都有綠竹筍的生產。筍支不大，筍籐平滑無毛，土黃色，有時稍帶綠色。籐基為廣脚，緣邊稍圓，籐頂截

口形，籐舌長而尖，色深。筍肉細緻，纖維少，口味美，品質極優，為一般消費者所喜愛。但筍易老化，採筍後，宜儘速烹調，可保存其鮮味。就因為這個緣故，位在產筍地區的人，總以為自己家鄉的竹筍，最為鮮美。

其實，好的綠竹筍，都在清晨採收。那時，太陽尚未出來，筍尖也還未伸出地面，僅憑地面稍鬆而且稍帶水氣處，挖入取筍，這種筍最是鮮嫩。但却有作業上的困難，不能大量採收。因此，一般綠竹筍的採收，都在天亮以後，依筍尖出土為憑，挖取筍支，作業頗為方便。但這樣採收的筍子，有時免不了會使籐舌因陽光照射，產生葉綠素，而成為綠色，就會造成筍支帶有苦味了。

選購綠竹筍，以筍基部粗大，筍形彎曲如牛角者為佳，俗稱的“牛角筍”，筍肉多，筍籐少。筍支直立者，雖看似較大型，但籐多肉少。

由於筍子老化從筍基部開始，擴及於筍尖，調理時，可酌量削除筍基部筍肉。又如筍尖帶黃色，則多半有苦味，可切除尾端黃色部份，或將筍支剝開，筍尖空心部份有白色粉狀物，即為苦味來源，刮除白色粉狀物，就可免除苦味了。

5. 麻竹筍

麻竹原產於華南、廣東、越南、緬甸等地。世界上，食用竹筍的生產，以麻竹筍為最多，本省也是這個樣子。同時，麻竹筍也是食用筍類中，最為大型的一種，有時，一支筍就可重達4公斤以上。

每年5~11月，本省中南部山區，盛產麻竹筍，却因多數做為曬製筍乾、筍茸等加工品，或者製成罐頭，鮮筍上市量，不如綠竹筍。麻竹筍直立，很少彎曲。籐有微細暗紫色毛，有時不生毛，廣三角形，淡黃綠色，無籐舌。筍肉稍含纖維，風味亦略遜於綠竹筍。

選購時，以籐片緊包於筍體者佳。

6. 桂竹筍

桂竹為本省野生，筍子長條形，籐平滑無毛，籐舌長，呈淡紫黑色，籐面有不規則斑紋或斑點。筍細小，肉質硬，纖維少。產期在每年4月中旬至6~7月。

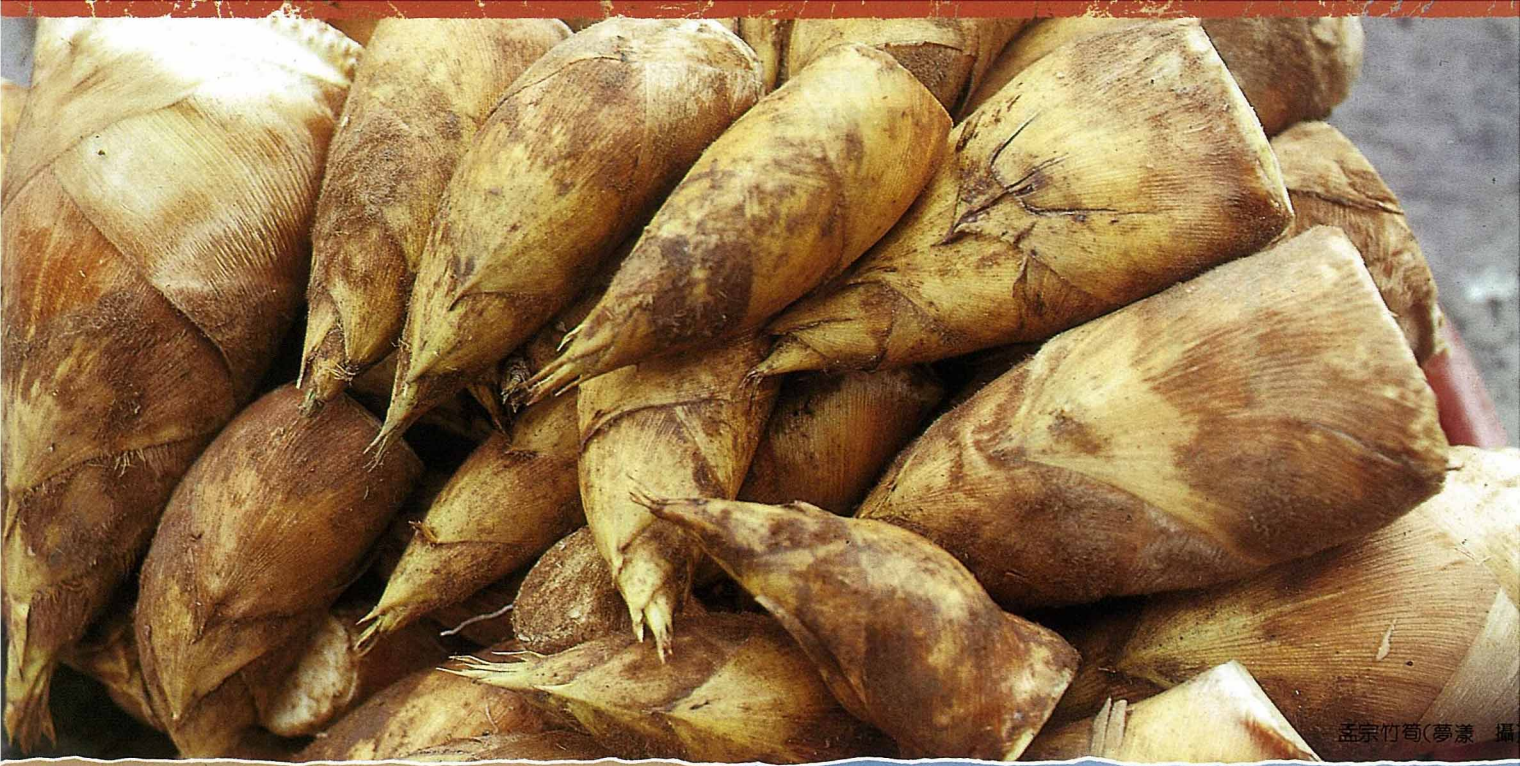
一般食用竹筍，都是選取地下嫩芽，惟獨桂竹筍，是採取出土後的嫩莖，筍支多為中空有節，這是桂竹筍最為奇特之處。

選購時，以籐頂緊密聚合，不開叉者為佳。但由於市售桂竹筍，多為去殼且殺菁過的加工筍支，選購時，自然是以潔淨者為佳。

7. 箭竹筍

這是野生小竹的筍支，非常細小，又因為野生箭竹林為密生，採收竹筍如非識途者，極易迷失於林中，不宜隨意進入。每年春末至秋初，常有人採收箭竹筍，直接供應餐廳，一般市場，就祇有購買加工品了。

竹筍是國人最愛的鄉土蔬菜，有人甚至天天吃也不厭膩。有關竹筍烹調之變化，請看20頁。



孟宗竹筍(夢濛 攝)



烏殼綠竹筍(夢濛 攝)



剝殼的桂竹筍(夢濛 攝)



麻竹葉(夢濛 攝)