

大眾美食 玉米

最早期玉米顏色相當奇異，有紅、黑、棕、黃等不同色彩，獨沒有白色，質地粗硬難以入口。白玉米是經過栽培改良的產品，質地較為柔軟，嚼感十足，是本省40年代玉米的主流，可當主食，更是孩子們磨牙的零食。黃色的甜玉米是突變品種，不僅質地細軟，甜度也高，在登陸本省後，立刻受到消費者深深喜愛，繼白玉米後成為省產玉米「新主流」。在吃多了甜膩香軟的甜玉米，消費者的口味重新走回頭路，又開始懷念過去那種越嚼越香的白玉米來。最近剛研發出來的新品種—糯米種玉米，也算是消費者口味嗜好的指針罷！



玉米的原產地在北美洲，據學術界的參證，多數認為墨西哥是玉米的發祥地。事實上，墨西哥栽培玉米的歷史，應已超過二千年。歐洲人發現新大陸後，連帶發現這個新鮮食品，遂予以推廣。很快的進入了我國，時間在16世紀，距離哥倫布發現新大陸還不到100年。

包穀、玉蜀黍、番麥、玉米

初到我國時，因其植株像似我國故有的黍，尤其是產於四川的品種。但其果實比其黍來，却又大又亮，幾分似玉，因此，稱之為「玉蜀黍」。只是華北地方，為了避免麻煩，索性以其包有外葉的特質，叫它為「包穀」。至於在本省，則又另有稱呼了。

明代中原漢人剛開始渡海來台時，此地的原住民被稱為番人。這些原住民，大多是過着狩獵的生活，少有農耕。在漢人初到的時候，曾有一段時期的和平相處，原住民多少學得了一些農耕的技巧。到了明末，鄭成功渡海而來，大量漢人跟隨而到，原住民就被迫漸次移往山區居住。已學會農耕的原住民，在山區栽培稻米自然不易，旱田就可栽培的玉蜀黍自然成了最佳選擇。在那時候，只要原住民的部落，就能看到玉蜀黍，於是漢人就以原住民的主食為由，稱之為「番麥」，到今天，本省還保留了這個稱呼。

在民國40年代以前，本省的一切活動，官方記載以及教科書，都還以玉蜀黍為正統。不知始於何時，也不知什麼原因，40年代後期，玉蜀黍的名字漸漸消失，代之而起的就是「玉米」。70

年代以後，教科書上已沒有玉蜀黍的字眼，一般人也漸漸的搞不清還有玉蜀黍這個產物。但是，玉米仍然是大眾所喜好的食物。

甜玉米與其他

按考據所知，最早期的玉米，米粒的顏色有黑、紅、棕、黃等等不同的顏色，質地都相當硬。以後經由人類的栽培與改進，漸漸的才有白玉米的生產，質地是柔軟了一些，也成為玉米的主流。本省40年代以前的產品，也都是這個品種。

大約200年前，北美大陸有人發現玉米田中，長出了黃色玉米穗，而這種突變的黃玉米，質地非常柔軟，含糖度也較高一些，這自然是受消費者歡迎的品種。於是農業科學機構，加以培育推廣，從此，世界上就有了甜玉米的栽培。民國40年代後期，甜玉米也來到了本省，並且成為省產玉米的主流。

世界各地的人們，生活習慣各有不同，許多中國人的食物，在外國並不見得食用，例如苦瓜、蓮藕。同樣的，有一些外國人吃得津津有味的食物，國人却未必吃過。由於剛抽穗成形的幼小玉米芽穗，質地非常柔軟，歐美國家將之視為蔬菜食用，稱為幼嫩玉米 (Young Corn)。本省直到50年代，才有了食用幼嫩玉米的習慣。不過，不叫幼嫩玉米，却稱之為「玉米筍」。如今玉米筍的消費習慣，已經是很普遍了。

本省的玉米生產

目前，本省的玉米生產，已相當普遍，只是大部份是栽培作



飼養牲畜用的飼料玉米。以供人們食用的玉米來說，全年都有相當數量的生產，不過夏季6至8月間，數量較少，品質也較差一些。以栽培的產地而言，中南部的農業縣份較多，是很容易理解的。至於栽培上市的產品，大致可分為

1.普通玉米，或稱白玉米。

這是本省早期栽培的品種，其米粒為淡黃色，較硬質，含糖度低一些，栽培數量並不很多。

2.甜玉米，有些為超甜玉米。

發現之初期為突變品種，目前栽培者則均為改良品種，且因其改良品種之不同，而有稱謂方面的差異。米粒由淺黃到深黃，有時亦有橙紅色，軟質，糖度高，深受消費者歡迎。

3.玉米筍

省產玉米筍，多數為甜玉米的幼嫩芽穗。



通常，玉米株每一葉片的腋部，都會長出玉米穗。但因玉米株的營養供應有限，如任令每一芽穗都成長為玉米，將因養分不足而使得玉米穗的品質欠佳，最常見的就是米粒不足。這些不良品，市場價格低，甚至乏人問津。因此，玉米的栽培者，每於抽穗初期，將大部份幼穗除去，每株僅留一穗，多則兩穗，使長成品質良好的玉米。這樣的作業，稱為疏果。農家於疏果後，採取其品質較優者，予以整理包裝，就成為玉米筍上市了。但是，由於疏果至整理包裝的工作，至為繁瑣，因此並不是一般玉米生產者，都能供應玉米筍。目前省產玉米筍，最主要的來源地，在嘉義縣的六腳鄉。而在歐美各國，玉米筍的來源，並不是疏果而得，而是另有專供採收幼嫩芽穗的品種。

由於本省的氣候為高溫多濕

，容易孳生昆蟲。過去，只有白玉米的時候，蟲害的狀況比較少；甜玉米推廣之後，粟螟蛾的為害就非常激烈了。按照專家的研究，這種螟蛾能夠找到20公里之外的玉米田，因此蔓延得非常快速。而其侵入的方法是在玉米穗上產卵，或於植株根部產卵。孵化的幼蟲，則趁勢侵入玉米穗中，蛀食玉米粒及其嫩心。過去，對付粟螟蛾是使用一些農藥，近年來，則有生物法的改變，也就是利用粟螟蛾的天敵，如一種寄生蜂等方法，來消滅或遏止其為害。

玉米的吃法

在傳統上，玉米是做為糧食使用，有時，也做為零食。但在甜玉米問世後，玉米的用途就多起來了。除了做為糧食或零食照舊不變之外，國人最普遍的使用法，就是煮湯。只要將玉米穗切成寸許長的玉米段，就可以煮湯了。而這種食用方法，在冬天食用火鍋的時候，最是普遍，因而，本省冬天，甜玉米的需求量特別多，原因也就很容易瞭解了。

除了切段煮湯以外，很多時候，是將玉米粒切下來應用。而因切除米粒的工夫太多，這工作，多半是由生意人處理的。切除下來的玉米粒，多半是做為炒菜之用，其使用方法，變化多端，運用之妙，則存乎一心。至於食品加工廠先行處理過的甜玉米，多半是磨碎成漿狀，再以罐頭盛裝。這些玉米漿的用途，則又幾乎是一成不變的作為濃湯使用了。不論是西式的玉米濃湯，或是中式的玉米蛋花湯，大致上都是濃濃稠稠的湯。此外，以極成熟

的玉米，取下米粒曬乾後，還可以烤製爆玉米，這本是西洋式的零嘴，但目前在本省，也已經相當普及了。

糯種玉米香又Q

農業科技的進步，並沒有終點；人們的口腹之慾，也沒有止境。在消費者厭棄白玉米的硬而不甜，改變嗜好於甜而軟質的甜玉米之後，玉米新品種的開發研究，並沒有停止。許多消費者在長期食用軟質的甜玉米之後，竟然懷念起以往那種越嚼越香的硬質白玉米。近幾年來，本省的農業改良機構，為了消費者的喜好，成功的研發出一些新品種玉米，其特點在於米粒為乳白色，甜度不高，質地不軟不硬，嚼感像糯米一樣的Q。這些新品種，通常稱為「糯米種玉米」，雖然目前產量仍少，却已頗受消費者的歡迎。只是，這些糯米種玉米，如拿來做蔬菜使用，並不是很理想。

以蔬菜類來說，玉米的蛋白質及脂肪含量都名列前茅，澱粉及纖維的含量也有可觀。維他命方面，則以維他命B為重要，維他命C是少了一些。微量元素方面，則有相當可觀的鉀，其他項目則是少許含有一些。要說有什麼缺點的話，則是含熱量比較多一些，就心體重過重的人，是不大合適多食的。

選購玉米的時候，如果是已削下的玉米粒，則以乾淨無雜質為第一要務，其次要注意其是否新鮮，切不可購用已有酸味的商品。而如購用玉米穗，則以其外包葉完整而片數少，米粒飽滿，未遭蟲害者為佳。