

香辛料

廚房的魔術師

單獨或數種香辛料調合，可調出各種不同色、香、味的料理，化平淡為神奇。

文／邱健人
圖／劉慶堂

近年來國內之冷凍調理食品，種類愈來愈多，從火鍋料、水餃、餛飩，甚至於包子及饅頭，只要熱一下，不管用微波爐、烤爐或蒸鍋，馬上就可吃。

矯味賦香增辣著色

冷凍調理食品的風味好或不好，與添加的香辛料及香味料關係很大。添加香辛料可調理特殊的食品，一般香辛料有下述四種功用。

1.矯味作用：肉及魚類一般帶有腥臊，為了遮去此種腥味，常加薑、山艾、皮薩草、月桂葉、麝香草等。

2.賦香作用：賦給食品特殊香味，例如肉荳蔻、小荳蔻、小茴香、芫荽、肉桂、芹菜、羅勒

等。

3.增辣作用：具有此作用之香辛料，可使食物帶有辣味，也能促進唾液及胃液的分泌，促進食慾，例如胡椒、芥末、薑等。

4.著色作用：以前沒有合成色素時，食品為了增進食慾，常用香辛料染色，例如薑黃、辣椒、番紅等都是著色劑。

讓人懷念的古早味

我國料理最常用的香辛料有蔥、薑、蒜，有時也用點辣椒。但是燒滷味，不管雞翅、雞肝肫、雞腿爪，或牛肉、蹄膀、舌頭、豆干、海帶、雞等，都先將蔥、薑、蒜或辣椒等用熱油爆香。然後加上酒、醬油、糖，以及我國特有的香辛料——五香（茴香、花椒、丁香、陳皮、桂皮五種混合而成的粉末）來滷。有時用八角茴香取代五香粉。

而五香粉在台灣小吃，也是



常用的香辛料，糯米粽、燒肉粽、油飯、芋粿饒、糯米腸、香腸、水晶餃、八寶肉粽、魯肉飯、焢肉飯、雞捲等都使用。因此五香粉的香味，是台灣傳統味道，也是最讓人懷念的古早味。

台灣道地風土口味

其次，在台灣小吃最常用的香辛料為胡椒，胡椒有黑白二種，但台灣小吃比較偏好黑胡椒，因此市面上看到的都是黑胡椒。黑胡椒不但可去腥味，增加香味，且有麻辣的感覺。因此由豬肉做成的貢丸，煮湯時，放一些芹菜末、香油、味精、鹽，再撒些胡椒，就是最好的湯，蚵仔湯、虱目魚粥也是最簡單的調味。而大腸湯，把芹菜末換成生薑絲，同樣的調味，也可做出一道可口的湯。

至於紅蔥、蝦米、鹽、味精及胡椒混合，也是一種很理想的

調味組合，所以像米粉、粿仔湯、香菇芋仔粥等都是以此為材料，做成基本調味料。如蝦米、胡椒、味精、醬味、糖加在一起，則為糯米粽、油飯、碗粿、豬腳麵線等的基本台灣味。

真正的台灣味要算由紅蔥酥、醬油、糖、五香粉、蝦米、味精及胡椒所組成的口味，例如芋粿饒、糯米腸、水晶餃、八寶粽、魯肉、焢肉等為代表地風土菜。至於赤肉焢、蝦仁焢除了以上各種調味料，將蝦米換成柴魚屑片，再加入少許烏醋及芫荽，而成獨特的口味。

花椒也是炒菜、燉肉少不了的香辛料，花椒更是四川料理麻辣豆腐及麻辣鍋重要的調味料，可使四川料理又麻又辣。而台灣小吃中，僅煮鹽水肫時用到花椒，再加蔥、薑、鹽為調味料。而花椒粉與食鹽混合而成的花椒鹽

是烤雞、鴨；油炸花枝及蠔等海鮮的沾料。

南洋口味佳餚不少

咖哩是外來具有南洋口味的混合香辛料調味料，口味很多，各國都不一樣，有的國家料理更加上椰漿，色、香、味更佳。咖哩的特色就是能去腥，提味，生香。因此不管雞、牛肉、魚排、炒蟹都用咖哩，像馬來亞麵用咖哩、辣油、檸檬汁、椰漿煮出來的麵，酸、甜、苦、辣、鹹都有，真是五味俱全。

台灣咖哩煮的方式，類似洋式，即蔬菜不是洋蔥、馬鈴薯，就是紅蘿蔔。肉不是小雞塊，就是豬肉塊，種類極少。連加工的罐頭、袋裝殺菌食品也是一樣。

南洋料理所使用香辛料，種類更多，從香茅草、臭柑葉、小茴香、月桂葉、薑黃薑、薄荷等不勝枚舉。

中藥料理味美補身

煮牛、羊肉時，為了去臊味，將傳統的香辛料肉桂、甘草、丁香等混合使用，效果極佳。這些也是點心類的香料。陳皮是雞或蛙料理的香味調味料，且可增進食慾，防止下痢，去風邪等的功效。而甘草是醬油的甘味料，與鹽混合，則為許多水果的醃漬料或沾料。

至於加有中藥的料理，不但有香辛料的功效，又可補身，為中國人所熱愛。故當歸鴨、枸杞鰻、四神湯、八珍羊肉、十全大補湯、石斛、八角滷花生、天麻燒鯉魚、淮山燉羊肉、砂仁燒肚條、黃精煨蹄膀，都是傳統美食，佳味。



是五香粉的獨特香味，
讓燒肉粽有了令人懷念的古早味。