



土雞肉愈「土」，消費者愈愛！

■失落的土雞群·真正的古早味

民國40年以前，每戶農家所飼養的雞幾乎都是土雞。民國50年以後，大量引進國外雞種，白肉雞飼養規模化，產量大增，導致土雞式微，產量銳減。為迎合國人的口味及中式烹調的需求，聰明的農民，利用自國外進口的有色蛋雞，與土雞雜交，生下的雞隻外表像土雞，稱為仿土雞，飼養一百天上市。仿土雞生長快，體型大，肉質接近土雞，適合中式烹調，大受市場歡迎，多年來與白肉雞平分國內市場，各約佔消費總量的一半。

近年來，為配合市場的需求，希望仿土雞更『土』一點，於是土雞繁殖場開始於仿土雞群內選擇外表接近土雞，頭小、腳短、眼凸、體型較小，公雞還要雞冠早熟特性等，一代一代選拔，目前全省已有多家的土雞種雞場，受到市場的青睞，大利其市。

另一方面，政府為保持台灣土雞種原，十幾年來委託國立中興大學、台灣省畜產試驗所選育土雞，迄今已育成中興大學及畜試所之土雞品系，目前正歡迎民間多多採用，希望在不久的將來，能使消費大眾吃到真正的古早的土雞肉。

台灣島內土雞市場隨地區不同而稍有差別，因為各地所喜歡的土雞體型有小有大，因此全省土雞體型頗不一致，阻礙土雞現代化產銷之發展。政府為發展土雞產業，正在推動土雞電宰，建立土雞品牌及視覺識別系統，宣導消費者辨識土雞肉，提升消費大眾對土雞品牌之信心，選購真正的土雞肉，享用古早的土雞味。

■如何分辨土雞與白肉雞？

一. 屠體比例方面

白肉雞之育種是以西方人之喜好為導向，因西方人嗜食胸肉，而較不喜歡腿肉，因此在育種時，以育出胸肉較大之白肉雞為目標。由於土雞之活動性強和遺傳關係，因此在屠體比例方面，腿肉比例較胸肉為大，此特色恰符合國人之消費嗜好。

二. 成分組織方面

白肉雞之水分和脂肪含量顯著高於土雞，蛋白質含量方面則遠低於土雞，此外灰分及其它成份則無顯著差異。由於社會富庶，國人體重有逐漸上升的趨勢，因此減少脂肪之攝取量是有必要的，而土雞之脂肪含量很低，而優質的蛋白質含量高，是非常適合現代人食用之營養食品。

三. 肉質口感方面

一般人都認為白肉雞之肉質較軟，而土雞肉較硬，然而根據實驗發現，白肉雞吃起來有粉粉的感覺，而土雞肉則較有咬感，且耐咀嚼，其原因為土雞肉之剪斷值較高，要咬斷土雞肉需要多一點力，所以咬感佳，同時在咀嚼時不會馬上粉碎；另外，土雞肉肉質凝集性較白肉雞為佳，後者肉質類似米果，初咬時有點硬，咬碎後卻不易凝聚，而呈現粉粉之感覺。

四. 營養滋補方面

國人自古以來，即認為土雞肉較為滋補，根據土雞與白肉雞中游離氨基酸之分析顯示，土雞肉含幾種較特殊之物質，分別為磷絲氨酸、磺基丙氨酸及雙鈦類之肌汰與甲肌汰。磷絲氨酸為人體內腦磷脂或絲氨酸生物合成作用之中間產物，依照德國默克藥學辭典中指出，磷絲氨酸若與麩醯氨及維生素B₁₂複合，可做為一種強壯劑使用，而土雞肉中磷絲氨酸含量較白肉雞多達25倍，這似乎為土雞滋補性的傳統觀念尋得了證據。

■建立優質土雞品牌·推廣土雞肉

由以上土雞與白肉雞之差異性中，發現土雞肉為含腿肉部位較多，且含高蛋白質、低脂肪，同時在肉質上凝集性高，耐咀嚼又能滋補養身，為最適合國人食用之禽肉。由於科技的發達，土雞肉已從節慶時才享用得到的珍饈變成了一般性之民生食品，但因過於追求生產效率，現今的土雞品種不論在骨架、皮層與肉質上都不如古早禽種的細緻、光滑與可口，使得土雞肉的消費量也有降低的趨勢。

野薑花情

作法

1. 雞胸肉切條寬條狀，加醃肉料10分鐘。
2. 生香菇洗淨切絲，酸菜、魚板各切絲，蔥切段，辣椒斜切片。
3. 熱鍋淋5湯匙油，下肉絲過油炒至變色，瀝油撈出。
4. 鍋內留3湯匙油，爆香蔥段另下生香菇、酸菜、魚板、野薑花，大火快炒數下，淋酒、調味料，下肉絲、蔥段炒勻即可起鍋。



材料 (6人份)

野薑花4兩
雞胸肉1付
生香菇6朵
酸菜2片
蔥2支
辣椒2條

醃肉料

鹽¼茶匙
香油半湯匙
太白粉半湯匙
水1湯匙

調味料

鹽、味素適量
酒1湯匙



錦上添花

作法

1. 蛋打散加二碗高湯、鹽、味素拌勻淋在蒸盤內，大火蒸1分鐘改小火蒸10分鐘。
2. 蝦仁由背部剖開加鹽、味素、太白粉醃5分鐘。
3. 高湯2杯煮開，加青豆仁、玉米粒、白木耳、草菇片、鹽、味素調味，太白粉勾芡，灑下蝦仁煮開熄火，淋在蒸蛋上即可。

材料 (6人份)

蛋5個
蝦仁4兩
青豆仁2湯匙
玉米粒2湯匙
草菇6個
白木耳少許
高湯2碗

調味料

高湯2杯
鹽½茶匙
味素少許



板栗雞肉飯

作法

1. 雞骨腿剝小塊，板栗去硬殼，胡蘿蔔去皮切滾刀塊。
2. 以三湯匙油爆香蔥、薑，下雞塊，大火煎香，另下板栗、胡蘿蔔略炒，淋下玉米醬、水2杯（滿過材料）大火煮開，鹽、調味改中火煮約20分鐘，見肉已夠酥軟，太白粉加水勾芡並灑下青豆仁即可起鍋食用。

材料 (6人份)

雞骨腿3隻
板栗半斤
玉米醬1罐
胡蘿蔔1條
青豆仁半碗
蔥3支
薑3片

調味料

鹽、酒適量
太白粉半碗

台灣經濟起步較晚而發展快速，國人消費習性早已遠離追求廉價產品的時代，舉凡品質優良、特色新奇等產品，都易受到消費者的青睞。白肉雞在西式油炸調理過程固然有其適用性，此外生產成本低、屠體整齊等優點，都是其在市場佔優勢的因素，然而土雞的推廣不但具營養價值與符合傳統中國細火慢熬之烹調方式，更有其歷史背景與文化意義，因此生產推廣優質土雞自有其必要性。

目前除有農委會委託中興大學畜產系和台灣省畜產試驗所所選育出之雞種外，民間業界也致力於優質土雞的生產，期為土雞開創出盛於以往之局面。惟消費者對於真正的土雞肉無法確實辨識，因此土雞肉之『品牌化』便更形重要，也是一條必需走的路。希望在不久的將來，打著優質土雞品牌的土雞肉上市後，不但消費者可以安心選購，對於台灣特有禽種之保育，也是一項貢獻。