

虎姑婆的零嘴

時序一入秋，就很容易在市場上買到茭白筍，在我那鄉下的市場，還可以買到一些是鄉村農婦自己在水邊，少量種植的家珍型茭白筍。因為它們總是更修長纖細，一點贅肉都沒有的樣子，大小差異之大，只能用錯落有致來形容，然而它們的口感更甜脆卻是不爭的事實。所以，我最愛挑這種婆婆媽媽型的農產品來買，讓鄉居生活連上菜場都充滿有尋寶的趣味。

然而直覺地，茭白筍它白白胖胖模樣，柔柔嫩嫩的口感，卻常常會讓我不自主的聯想起，虎姑婆要啃就啃茭白筍嘛！何必小孩的手指頭呢？不良嗜好應儘早戒掉吧！

總之，茭白筍是我非常喜愛的蔬菜，口感脆嫩，質地細緻，而且除了一絲絲的清甜外，幾乎可以說是平淡的沒有自己的性格。所以不管怎的吃法，和誰的搭檔，它總是可以很認份，不搶不奪其他材料的色、香、味。

植病專家的最愛

大學時，曾在位於善化的亞洲蔬菜研究發展中心實習，那段時間雖短，但是卻對建立我的農業性格有很大的影響。當時有位加拿大籍的植病專家，閒聊時，他說道對臺灣印象最深的兩項農產，一是茭白



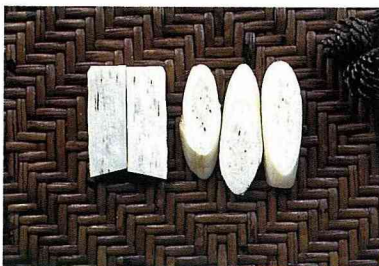
■這樣外表不起眼的茭白筍，卻是鄉土的好滋味。

秋天茭白天

筍，一是冬瓜茶。對茭白筍好奇是因為他的職業使然，因為茭白筍要不是受了菰黑穗菌的感染，是不會胖起來，可能吃起來是充其量不過是如牧草心一般的瘦小。至於冬瓜茶，他以為是一種茶樹，風味可以如此不同，不知竟然是一種瓜而已。

一講到茭白筍是生病才會白白胖胖的，很多主婦不知為不知還好，一但了解了很多就神經兮兮的擔心自己吃了會不會也．．，真是成了知之為不知。其實應該把它想成一種菇類，這種菌就像洋菇、香菇一樣，是一種食

■中間的黑點是芝麻，還是有人惡作劇呢？



用菌，只是它要寄生在茭白本尊，讓他分身有術。

黑子的疑惑

至於買到較老或很大枝的茭白筍，有時切開，會看到一點一點的黑點，像是嵌上一粒一粒的黑芝麻，就是菰黑穗菌的孢子，只是難看了一點，還是可以吃，但口感較粗糙。所以，買菜都是挑肥大，挑茭白筍可就不一定了。

不專業的茭白筍

在新竹的一些傳統市場，勤快的鄉下婦人，遠從橫山、內灣搭火車，挑著自家種的時令新鮮蔬菜瓜果，來到市場交易。於是，這些瘦瘦小小又長短不一的非專業栽培茭白筍秋天一到又準

時上市了。雖然它的外表很不起眼，但是吃起來更是比大面積栽培的茭白筍細緻緊密甜脆，好似有機農產品的風味。我就最喜歡買這樣的茭白筍，一買就好幾斤，她們都問我是不是賣自助餐呀！好在放入塑膠袋，擠出空氣在封好袋口放在冰箱，可以一連吃上好多天呢？

變化口味

要天天吃茭白筍而不厭煩，只好靠變化烹調手法及口味，好在熟能生巧，吃多了就成精了，煮成一桌茭白大餐也不是拙婦的難事。想起小時候，在鄉下看人家用柴灶大鼎煮大鍋飯時，平常都是飄著一些地瓜塊在飯上，在出產茭白筍的季節，就會換成一整條整條的茭白筍，和白米飯一煮。因此飯熟了，茭白筍也炊熟了，這時切都不必切了，整支茭白筍已經軟熟透了，還粘著少許的飯粒，趁熱沾一點醬油膏，米香、筍香、醬香，純樸的鮮美滋味，是鄉居歲月最令人懷念，就是這種簡單而溫馨的晚餐。

吃出清淡的特色

茭白筍的味道很清淡，清淡的幾乎沒有個性，所以也是它的長處，怎麼煮怎麼搭，都很適合。要保持原味又不失有味，燙煮是最簡單的方法。燙茭白筍不必像燙青菜一樣用很大鍋的水，也不必擔心水溫不夠燙起來容易變色，水太多會把它僅有的甜味給燙不見了，很可惜。所以只要放一點水，剛好能蓋住茭白筍，滴一點油加上鹽，甚至不必等鍋子熱，把茭白筍切片或切滾刀塊，丟丟下鍋，蓋上鍋蓋，用中火悶熟就可以起鍋了。理

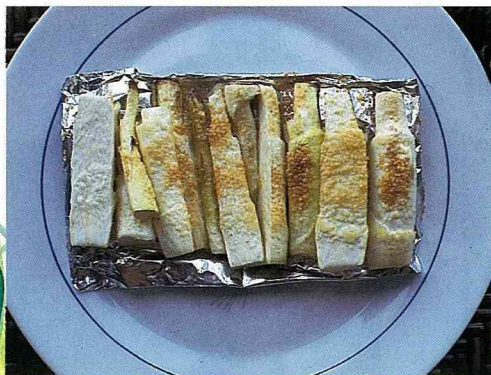
都不用理，是最省時省事的煮法。

煮三條茭白筍，從冷水起鍋到熟約是5分鐘。這時我會用定時器計時，然後看一篇短文，享受一下自己的時間，等定時器鈴響了，再回復好媽媽的身分，

顧家、顧自己兩者一點都不衝突。很多人知道我這樣煮菜，都會捧腹大笑，我也不知道這習慣好不好，大概是做實驗養成的習慣，喜歡做事精準又有效率。

也許很多人也很好奇這樣煮出來的茭白好吃嗎？當然不一定是，可是如何在淡中添加少許滋味，其實丟一小把蝦米一起煮就成了。另外切片前可以先在茭白筍的身上劃一些直的刀痕，在橫切或斜切片，這樣切出來的片，就會有些隙縫在上面，調味料特別容易滲入，家政老師是耐心的工筆切成佛手片，我則是隨便切一切比較潑墨的表現吧！白煮的吃膩了，淋一點醬油，又是不同的滋味。切成絲和芹菜絲、榨菜絲一起燙熟，淋上麻油、醬油、烏醋冷熱食皆宜，很適合配白粥。或是同樣的材料，起油鍋一塊兒炒一炒，也是不同的風味。

醉太白



■醉太白是鮮美雋永的小菜。

有一天，我太貪心了，要收市了，賣茭白筍的阿婆說剩下的通通賣我，兩包半算我一百。於是一大堆茭白怎麼才能好吃又省事？於是，就切塊燙熟，用雞湯及紹興酒一半一半加點鹽泡起來，做起醉茭白筍，裝在密封罐中吃多少撈多少，真是方便又美味，不輸醉雞的滋味，又不含動物脂肪呦！叫它醉太白，又文雅又貼切，只是酒氣太濃，兒子女兒是退避三舍，連老公吃了也不勝酒力，不過他本來酒量就太差，不能算數的。其實還是真的很好吃，軟中帶脆。茭白筍的導管中吸飽了酒香、雞香，絕對值得您一試。而且現在的雞湯罐雖差強人意，但做起來可省事的勉強一用。

起司焗茭白

西風東漸，不單是文化思想的交流，連飲食習慣都起了變化。滿街林立的披薩店，方便迅速的外送，讓新一代的小孩，早就習慣起司的口味，這些老一輩難以入口的酸臭奶酪，他們早就甘之如飴，連我女兒常常到西式的雜貨鋪指定買整條的燻起司。兒女真是很愛吃起司，而且起司其實也是好吃有營養的食

■起司焗茭白是新人類的零食。



■茭白筍的清涼，稀釋了榨菜的濃烈。



■切片前砍一砍，煮出來的茭白筍更有味。



■這像美麗的洋繡球花開嗎？



■炸茭白小丸子，營養下飯又健康。



■我煮的茭白筍肉羹，很是清爽鮮美呦！



品。於是我想用起司粉來烤茭白筍，她一定也很愛吃，只要對切後切成一段一段，灑上起司粉或切條的起司片，送進小烤箱烤10分鐘就好了。不用說這等的時候時我又溜去看了一段好文章。烤好後香氣四溢，表面金黃微焦，茭白自然又比水煮的更清甜，是宜菜宜點心的好料理，比吃垃圾零食是強太多了。而且每次外叫披薩時總是會有吃剩的起司粉，一包剛剛好可以烤兩條，是很好的廢物利用呀！

茭白小丸子

茭白筍的纖維素也不算少，所以是很健康的食物，也是很好的填充料，可以像筍丁、馬蹄一樣，拌在肉中，炸成丸子或蒸丸子。尤其現在馬蹄越來越難買，所以我就用茭白筍丁來代替。一起炸成的丸子比全肉的丸子更清爽不膩。不想吃油炸的丸子，換成用蒸珍珠丸子的方式，丸子外面沾一些太白粉或玉米粉，用茭白筍丁包起來，用力捏緊，在兩手心間摔一摔，就可以緊密的包在外面，丟到電鍋裡，又是可以三不管的省工菜餚，蒸熟後美麗的像一朵朵盛開的洋繡球，洋繡球是我最愛的花種一之，我都會先回憶一下它的美麗，再下箸就覺的更好吃了。

■我的小馬屁群最愛吃的茭白金錢餅。



不想太麻煩，一樣的醃絞肉，用多一點玉米粉，攪久一點，也可以和切胖一點茭白筍絲，煮成肉羹湯，再灑一點香菜末、麻油，就香噴噴起鍋了。兒子每次帶同學回來，知道他媽媽總會弄些好吃的分他們吃，總是對我弄給他們吃的東西都讚不絕口，大概是怕沒說好話下次就沒得吃了，外子也總笑說他們是我的馬屁群。不過我對這些小馬屁們也很好，那天買了很多茭白筍的時候，就炸了很多茭白夾子，和炸藕夾、茄夾是一樣的，把茭白筍切成相連兩片一組，中間夾調味的絞肉末，外裹粉漿炸熟，就成了他們不顧風度爭食的點心了，難怪他們都愛來家裡。另外將刨成細絲的茭白筍，混在蛋糕糊中，烤成甜點，也很好吃，因為茭白筍的清甜和甜食是很速配的。

試試又何妨

我是天生愛到處試試的人，也許是六歲的好奇心，到現在都還沒消失的緣故，所以外子有時會笑我簡直好像跟他女兒一樣大嘛！但是人生不就是一場過眼的雲煙嗎？生命時而強韌時而卻脆弱得如浮游，什麼是真真實實的擁有呢？試試又何妨，連茭白筍都會有不同的感想吧！

■茭白筍烤蛋糕，將它變的很歐風。

