



■翻開花盆看看有什麼驚見

都市人種山藥



■哇!挖到一隻紅色的小老鼠。

近幾年常常看到國內東、西部的農業單位，不約而同的在推廣山藥，把山藥當成一種健康蔬菜。山藥在大家熟悉的夜市小吃四神湯，裡面就有。小時候住在南投，純樸的小鎮，沒有太奢華的夜生活，倒是看電影是當時很熱門的娛樂，小小的南投鎮上，最盛時期就有5家戲院之多，門票也由5元競爭到2元，（唉呀！這樣便宜的門票價錢，可別洩露了我年齡的祕密。）每次晚上看完電影，大同戲院的門口，牢不可破似的，飄來一陣陣四神湯灑上米酒的香味，冷風中我和媽媽、姊姊一起分食，感覺通體溫暖，回家後似乎就睡得更香甜了。

每次都對裡面白白的一片淮山特別期待，如果老闆撈給我們一大片，就有豐收的感覺，以為老闆今天對我們特別好，其實是大部分的淮山片早就煮化，成了奶湯的顏色。而淮山就是淮州出產的山藥去皮片乾的，因為這兒出產的山藥品質特別好，很多人就把山藥都稱為淮山，其實是不完全對的，這跟把黃蓮都稱為川蓮是一樣的誤謬。

而且以前山藥在台灣低海拔，可是滿山遍野，在南投這種山城，常常就有「內山人」挑到市場去賣。其實在平地，它也很容易種。我記得小時候家母也在院子地上種過一株，長著翠綠心型葉片的藤蔓，長到兩層樓高，爬滿了整面牆。



當時不知是不懂的食用，還是品種不佳，只收了些零餘子，就是在節間長出的乒乓球大小的球根。我媽不知聽誰的建議也沒削皮，又加黑豆，然後吃補嘛！又不時興加鹽調味，我就只記得一鍋黑灰、無味、帶著豆腥湯汁，讓我一直以爲山藥就是這樣恐怖。另外山藥的葉子，很肥嫩多汁，會有一種好大隻的蛾，從附近的水芋田跑來下蛋，幼蟲綠綠的，尾巴還有眼狀花紋，長著一根或兩根肉刺（因爲太害怕了，不敢看清楚，所以至今仍回憶不清）。後來長到兩隻食指（大人的）這麼長、這麼巨大，夜闌人靜就聽得到，它吃葉子沙沙的聲音，絕不是誇張，這也不是普通恐怖。

後來，在日本料理店生吃山藥條、山藥泥，農產品嚐會上吃到的山藥排骨、山藥甜湯，或是在家把它煎成甜餅，都很好吃的呀！學會吃它就常常買來換換口味。



■原先的一斤山藥是越種越瘦

去年有天朋友帶了一塊山藥給我，一忙就忘了吃它，結果就發芽了，我和兒子就決定拿去屋頂種看看。但住在都市裡，哪有什麼地方，可以種這種龐然大物？但還是駝鳥的把它種到大花盆裡去。開始時大概是塊根的養分充足，整個夏天長出好多葉子，我也採些嫩葉、嫩芽，快炒來吃，滋味不錯，雖然黏黏滑滑的，但還是有山藥的清香。

到了夏天，有時沒空去打理它，也看它有一下，沒一下的長著。到了秋末，葉子漸漸乾了，我想它大概是不堪虐待，休眠去了吧！

誰知道善忘的兒子，有天在樓上玩，忽然想起他的山藥，只看花盆已經乾的不但看不到綠葉，連種過東西的樣子都沒了，他失望的好像自己犯了錯一樣。於是我就鼓勵他挖挖看嘛！農學

■放在大澡盆認真的洗一洗。

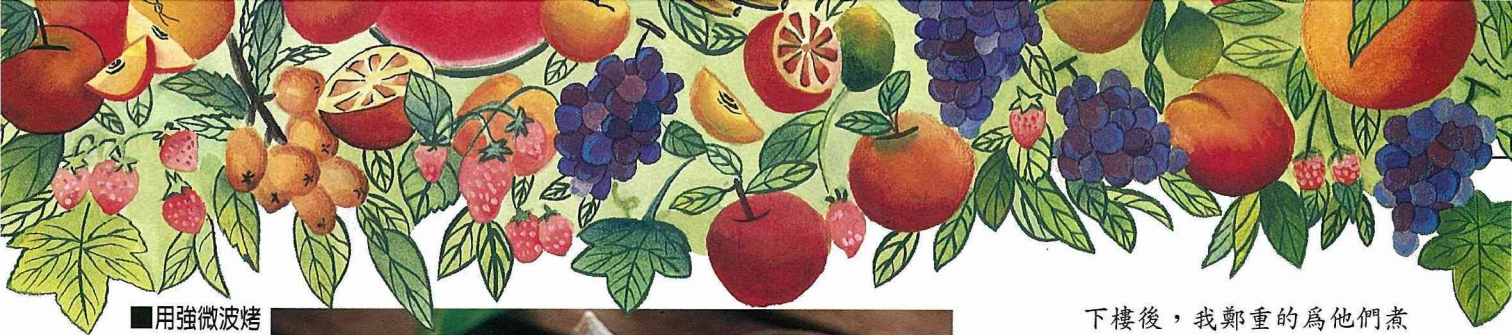


■生啃一口，味道不錯嘛！



■數一數怎樣分才公平。

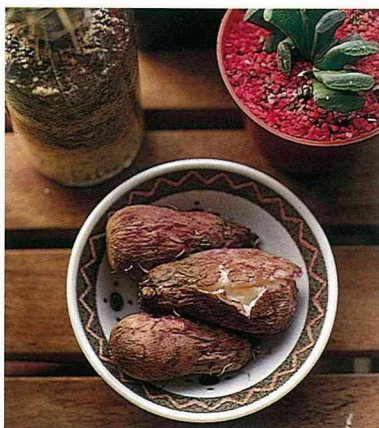




■用強微波烤乾山藥塊當零食。



■蒸熟就像吃山芋頭一樣鬆軟。



院唸久了，總還是有信心，知道盆裡還有點「遺跡」可以考古。不過自己心想也猜度大概只有一兩塊小薯。

他和妹妹就把整盆翻倒在塑膠紙上，哇！還小有收穫，大概有十來個大小不等的小山藥。不過他和妹妹們可高興了，就拿了小妹的澡盆洗將起來，一邊玩水玩得也不亦樂乎，把山藥洗得紫豔發亮。

下樓後，我鄭重的為他們煮成山藥三吃，一是去皮切成骰子大小的小方塊，讓他們用牙籤沾醬油生吃。二是依樣切小塊後，用強微波烘乾，表面因為有黏液會先有點焦黃，就變成不油的脆薯條一樣。三是整條去微波，因為他們吃的太快了，連削皮都「不赴市」，要記得用牙籤在薯塊上戳幾個洞透氣，才不會爆開。這樣原先一斤山藥種成只有四兩肉，越養越小，但孩子他們卻更是珍惜，吃的不亦樂乎。

新的一年才開始，最近他們又興沖沖的和我種起東北人俗稱的山藥蛋，當然又是媽媽來不及吃，已經長芽的馬鈴薯，但他們期待的是另一次的都會田園餐。也許您也有如我們困在都市不毛之地的苦楚，種些山藥，或是更容易買到的山藥蛋吧！為他們種下現代兒童金錢物慾外，稀有的童真。[翻](#)



文 / 李麗

洗米的迷思

洗米煮飯，中國的家庭主婦洗米不知道有沒有幾千年，但依然忍不住每次洗米時還是會想，這樣洗有沒有乾淨呢？怎樣洗才乾淨？然後很多煮飯專家又說洗太乾淨了，煮出來的飯不是最香。營養專家也說，米的營養很容易因過度清洗而大量流失。而有禮無體的日本人，還為洗米做了個特別的漏杓，以符合輕掏快洗的最高洗米原則。

但是為什麼一定要洗米呢？想來不外乎是為了清潔和洗掉米蟲。於是，我又忍不住想，台灣農業進步到今天，大稻埕都成了農家的遊戲場，稻穀也從脫粒、烘乾到精白、包裝都已經幾乎是不落地，為什麼沒有本土版的免洗米呢？

幾年前本省亦有少量若干進口的免洗米，老實說雖標榜營養強化、加鈣，所以免洗的用心十分良苦，可惜選用的稻米品種特

性是偏秈米，粒粒硬心，根本就不是我們愛吃的有點黏又不會太黏的好口感。但是這樣抱怨也沒用了，連這樣的產品，現在市面上也銷聲匿跡了。

可喜的是近來本土米的消費市場市，興起了一股米飯革命，標榜無汙染米、良質米、有機良質米，真的是到了粒粒珠璣的完美要求，然而卻依然沒能打破洗米的迷思？[翻](#)

