

懷念家鄉的山藥

我的家鄉在大陸北方，常吃山藥。聽長輩說：山藥有兩種，一種鐵棍山藥，就是淮山藥，形狀細長，上面有很多鬚根；一種叫菜山藥，形狀粗大，上面沒有鬚根而光滑之分別。二者均原產於淮河流域，重點在安徽省。鐵棍山藥故名「淮山藥」。

民國86年11月15日聯合報登，「山藥不是藥」，又台灣省花蓮區農業改良場課長黃鵬博士所說：大家應接受山藥不是藥，是一種蔬菜。本來在大陸就是一種

蔬菜，是一種營養價值很高的蔬菜，對身心有補養的功能，所以在中藥也常用，什麼滿漢全席、海參席、魚翅席，都有這一道菜名叫「拔絲山藥」。

本村有位名廚許炳廷，是我村上兩位省主席（大主席劉雪雅安徽省主席，二主席劉茂恩河南省主席）家中的世代名廚師，一直為主廚。我家如果買土地請街



這是大陸原產的淮山藥，和台灣生產的形狀不一。

坊人士或兒女定親請些貴賓來客吃飯，都是請許家父子來家做一些酒席，這一桌酒席是120件，這120件菜內，有二道甜菜是用山藥，一道是拔絲山藥，一道是八寶甜湯。所謂八寶：山藥；百合；蓮子；百果；薏仁；圓肉（桂圓肉）；紅棗；冰糖。對於山藥，本人在大陸時，是親身看到、吃到的。現在台灣大量生產推廣，也在環亞飯店主廚示範。另在某餐館還吃過名叫「手捲」，是用紫菜包生山藥條及沙拉，口感上實在難以下嚥。特別懷念家鄉的口感及作法，現將簡單的兩種作法提供如下：

一、拔絲山藥

1.材料：淮山藥1斤（又名鐵棍山藥）；清水2湯匙；白糖6湯匙（碎冰糖更好）

2.做法：（1）先把淮山藥泥土洗淨，鬚根去掉，放在電鍋內蒸（和煮飯一樣），蒸10分鐘左右，要看淮山藥粗細，所以不能絕對肯定時間，開鍋時先用筷子扎，扎動就是熟了。從鍋內取出山藥，等不燙手時，把外皮去掉（千萬不可先去皮，又黏會麻手），然後用滾刀切成三角塊備用。

（2）用2湯匙清水，放入鍋內，把白糖（或碎冰糖）6湯匙也倒入鍋內，小火熬，用鏟子不停的攪動，成糊狀後，用鏟子挑起狀如玻璃絲一樣，即把切好的山藥倒入。把山藥和糖糊輕輕攪均勻，千萬不可將山藥塊弄碎，然後放在盤內，立即上桌。同時放1碗涼開水，趁熱吃時，筷子要沾涼開水，不然粘住筷子就下不來了，也要注意燙口。

二、鮮羊燴山藥

1.材料：鮮羊肉1斤；調料：生薑3片、蔥1片、大蒜2瓣、八角1朵、胡椒半茶匙、花椒半茶匙、鹽1湯匙、紹興酒1湯匙、清水5飯碗、砂鍋1個。

2.做法：（1）先把羊肉洗淨，切成1寸方塊，再用開水燙（也叫清燙）去血水，去腥味。

（2）5碗水放入砂鍋內，先讓水沸開，放入羊肉，再把配料放（八角、花椒、胡椒用紗布包好放入，用小火燉40分鐘）。

（3）菜山藥洗淨去皮，再用刀切成比羊肉大1/3的塊，等羊肉燉40分鐘後，再把山藥放入燴合，食鹽也洒上去，這時要看鍋內湯夠不夠，如果湯太少可再加開水（不可加冷水），一定湯要超過山藥，一直燉到上桌，不可打開鍋蓋。這時準備1小杯紹興酒，在食客面前打開鍋蓋，撒出紹興酒，酒香、肉香撲鼻而來，真叫人垂涎三尺，所謂名菜就在這一招。



馬芝英女士提供兩道家鄉的山藥食譜。