



使用，西餐中無論是製作醬汁、湯類、燉煮肉類、魚貝、蔬菜，或是醃漬、燴煮、釀餡等，全都使用月桂葉來去腥和提香增味。

月桂葉尤其適合小火燉煮的料理，煮得越久，葉片的香味，越能進入湯汁菜餚中。由於月桂葉味道濃烈，烹調時不需大量使用，通常一加崙液汁只要一小片月桂葉就綽綽有餘。

月桂葉也常和洋芫荽 (Parsley)、百里香 (Thyme) 等共用，成為烹煮西式高湯的基本香料。

新鮮月桂樹葉的香氣，雖然比乾燥葉片還要濃郁，但帶有苦味，經陰乾之後苦味即消失，所以一般烹調都使用乾燥月桂葉。

月桂樹為常綠灌木或小喬木，在較溫暖地區可長至10-12公尺以上，樹皮黑褐色。月桂的花、葉、和果實，都帶有香味，不僅可做調味料，花和果實還可提煉香精油，除用以調製化妝品和酒類外，加入洗澡水中，尚能消除四肢酸痛等，真是多用途的高貴樹種。學名 *Laurus nobilis*，屬名 *Laurus* 為「常綠」，而種名 *nobilis* 就是「高貴」的意思。

**月**桂，這個世界有名的樹種，雖然遠在西元1909年，即由日人自法國引進台灣栽植，但並不普遍，目前已知長得最好的一棵，種在台中縣新社鄉的種苗改良繁殖場內。近年隨著香料植物逐漸流行，月桂小苗也出現在各地花市裡，有興趣者不妨購買試種。一面觀察形態，看清楚樟科的月桂樹與木犀科的「桂花樹」有何不同？和「肉桂樹」也不再混淆不清；還可以試作各種菜餚，品嚐月桂葉調味食品的特殊風味，讓生活更有情趣！

由於古希臘、羅馬時代常用「月桂樹」枝葉編成頭冠，頒贈給奧林匹克運動競賽的優勝者，加上後來英國政府又把獲選為支薪王室成員的至高榮譽詩人，稱為「桂冠詩人」，因此月桂樹被人們視為光榮和勝利的象徵。

月桂樹，除被認為是有靈氣的樹木而受到讚美和尊敬外，由於茂密的枝葉芳香撲鼻，因此也常被作為旅人的護身符，以及辟邪、避雷和預言家的輔助工具。當然，民以食為天，月桂樹的最大用途，還是在餐桌上。

大約從西元一世紀起，月桂葉就被當作賦香調味料



■月桂樹的雌花。