

# 外埔鄉農會

■ 好吃的芋頭粿，寫在田媽媽的臉上。



## 「劉員外傳統米食餐點」

### 好吃得無法擋！

**台** 中縣外埔鄉在我的感覺中有些陌生。多虧農會家政指導員蕭味鑾小姐清楚明白的告知路線，往北行后里收費站過後，出口經月眉育樂世界，往大甲方向直行，沿甲后路即可順利到達。抵達外埔鄉後才發現，該鄉前有以媽祖廟著名的大甲，後有以馬場聞名全省的后里，居於其中的外埔，除了好山好水，還有客家族群勤勞的特色，脫穎而出，指日可待。

#### 賣酒也賣酒甕

進入鄉內第一個發現是「酒甕」的販賣，原來外埔鄉拜斷層陷落河道北移所賜，形成一廣大湖泊，湖泊內沈澱了大量高黏性的陶土，經得起高溫燒製，所製成的器皿不會滲水，因此，大埔產製的陶藝用品小有名氣，酒甕販賣也算是大埔鄉的特色之一。外埔是典型的河階地型，宜牧也宜農，而且作物種類很多，水稻、花卉為大宗，花卉中的劍蘭、香水百合，水果包括葡萄、百香

果、紅龍果等品質都很出色；尤其外埔鄉釀酒用的黑后葡萄產量不少，配合農村釀酒產業的開發，外埔目前興起一股釀酒熱潮，積極研發葡萄露、水果酒等新產品，可望成為大埔鄉的另一特色。

在農村婦女開創副業，執行成果發表競賽中，外埔鄉的田媽媽「劉員外傳統米食餐點」，勇奪第二名的佳績，套句廣告詞「好吃得無法擋」。劉員外傳統米食是由營農班婦女班的班長黃碧霞女士主導，黃班長是典型的客家婦女，勤於持家之外還有一手好手藝，之前已經經營「碗粿」的米食生意。



■ 12個裝200元，好禮相送。

■ 贏得第二名的外埔田媽媽，與農委會推廣科陳建斌科長合影。



■ 黃碧霞班長與家政指導員蕭味鑾。

當田媽媽專案下來，家政班的指導員蕭小姐，正苦思如何營造出外埔特色的田媽媽時，正逢蕭小姐的客家婆婆，有一研發多年的米食技術，於是蕭小姐將這祖傳好吃的粿製品祕方與擅長製作的黃班長相結合，外埔的田媽媽由此誕生。

#### 祖傳的客家粿

農家早餐慣以米飯來填飽肚子，而學農的我對米食及其製品也有一份說不出的喜好，上菜市場傳統的紅龜粿或鹹粿我都會買一些，但不敢買多，怕吃不完第二天就變硬而龜

裂。然而，蕭家婆婆的秘方就是米食糰放幾天也不變硬，且入冷凍庫保存解凍後口味一點也沒改變，當然這祖傳技術絕無加防腐劑之類的化學添加物質。蕭小姐告訴我，她婆婆很認真的操作多次後，才取得相對比例的數據。

米食必需攪拌至無水分，添加一定比例的糖，其粘度由經驗判斷，這簡單的兩三點，造就外埔的艾草糰、紅龜糰、甜糰的外皮Q又有口感。紅龜糰的內餡為紅豆，而艾草糰則由黃班長的巧思，運用新鮮艾草加入外皮，散發天然的艾草香之外，艾草含有大量纖維質，可以幫助消化，艾草糰很能符合現代人的健康需求。艾草糰的外皮清香又Q，內餡為蘿蔔絲、香菇、肉燥的組合，飽飽滿滿的蘊涵著客家人的務實本色。

黃班長的手藝靈巧，由於設備與銷售量所限，現在每個艾草糰、紅龜糰都是手製品，限量生產也變成品質的保證。採訪之際，班員與黃班長正好蒸出熱烘烘的芋頭糰，趁熱品嚐，咬入口的口感，不禁要問黃班長，貴班的芋頭不用成本嗎？完完全全是芋頭，用真材實料也不足以形容了，市面上的芋頭糰，幾乎感覺不到芋頭的存在，而外埔田媽媽的芋頭糰真是好吃。艾草糰也令人愛不釋手。阿扁總統下次國宴傳統米食餐點的部份，真該請他考慮外埔的田媽媽。

## 最體面的伴手

外埔的田媽媽，現在除了農特產品展售及外贈服務之外，月眉觀光糖廠、大甲的地下街市場及黃班長自家門口都設有展售站。外縣市的民眾可透過(04)2683-2448及2683-2197電話訂購，新鮮的「劉員外傳統米食餐點」，會透過宅急便送達。夾著大甲媽祖之



■ 從專櫃店面到自家門口，都有田媽媽。

勢，及新聞發的月眉育樂世界，順道帶回外埔田媽媽的艾草糰、紅龜糰、芋頭糰，是最體面的「伴手」。

## ■ 全國「田媽媽」鄉土美食一覽表

農會別／縣市	計畫主體內容	品名或店名
土城市農會／台北	簡易農產品加工	阿嬤的醬菜
鹿谷鄉農會／南投	田園料理	鄉土茶宴
草屯鎮農會／南投	農特產品直賣	雙冬農特產品直賣中心
潭子鄉農會／台中	簡易農產品加工	欣燦珍珠竹筍包
潭子鄉農會／台中	簡易農產品加工	欣燦筍乾、醬筍
外埔鄉農會／台中	傳統米食餐點	劉員外農村古味
東石鄉農會／嘉義	田園料理	東石風采味
	農特產品直賣	
竹崎鄉農會／嘉義	田園料理	古道樹糧美食屋
	農特產品直賣	
梅山鄉農會／嘉義	田園料理	友茶居
	農特產品直賣	
大埔鄉農會／嘉義	田園料理	萬里香
	傳統米食餐點	
柳營鄉農會／台南	簡易農產品加工	了了了寶
下營鄉農會／台南	傳統米食餐點	磨粒粽子
龍崎鄉農會／台南	簡易農產品加工	龍吟筍香
龍崎鄉農會／台南	傳統米食餐點	采竹香美食
潮州鎮農會／屏東	傳統米食	巧婦店
	麵食直賣店	
永安鄉農會／高雄	田園料理	永安媽媽
旗山鄉農會／高雄	簡易農產品加工	木瓜蕉響曲
	傳統米食餐點	
台東地區農會／台東	簡易農產品加工	黃金果
鹿野地區農會／台東	簡易農產品加工	鹿Q茶品
三星地區農會／宜蘭	田園料理	玉蘭茶餐美食中心