

文圖／翁雲霞

道地宜蘭味



上台能教學的大廚

台灣小吃聞名世界，我們吃習慣了，總以為台灣到處吃得到的小吃似乎都差不多，像肉羹、肉粽、肉圓，這些肉字輩，想吃，方便的很。其實，細嚼下，小吃，在台灣還是有區別，或自成一格，特別是一地方一特色實施以來，有些吃食，真得在當地方能品出真味。

今年2月，雨水特多又特冷，我們為了吃，勇往宜蘭。5年未踏足，味未變，景緻竟有些改觀。近幾年，80多年的「味珍香」卜肉店，此次，給了深深的感觸。宜蘭三星鄉的蔥田，最好

的那一片地在味珍香附近，已蓋起了樓房，田中央採蔥的滋味猶在心頭。只好，抹去一絲絲遺憾，進店前，向門口的攤婦買了一把，再吃卜肉去。

拜週休二日之賜，卜肉店客潮洶湧，還好主要吃卜肉，再炒個青蔥，炒個麵，都不需要苦等。卜肉的外皮酥甜，里肌肉軟。食此味，先了解辛苦的是打漿功夫，不停地攪打，一天下來，手臂之酸，睡覺時就知道了。

參觀一下廚房，才知個中苦。廚房有些開放，客人忍不住窺之再三，黃家人清楚說明製作卜肉的過程，想學得有耐力。不過，酥炸食物其實吃不多，家裡學著炸，費油費時。卜肉店油鍋大，吃其酥香，要回鍋炸二次的卜肉，還是在「天送埤味珍香卜肉店」吃才有味。

打芡的米粉羹只有宜蘭見得到，在地飲食至今透出濃濃的商機。宜蘭雨多，米粉不能靠風乾燥，宜蘭炊蒸式米粉，是製成條後入水煮再蒸乃其特色。新鮮不能久藏，置冰箱保存可以放1



有味的九孔



淡味膽肝



芡太多的肉羹



蔥餅

星期。

佐料的柴魚、魚樑、菜脯等，也可以了解受時代、天氣的影響。柴魚在台灣東部的小吃常見，除了產量、近、便宜、增湯頭美外，不難看到日人據台的影子。特別是德川家康時代，宜蘭是日本漁人的中繼站，落腳該地的日人帶來家鄉的飲食，類似甜不辣的魚樑即是其一。另受天候多雨，蘿蔔趁天氣好，曬一天，即塞入瓶中保藏，帶濕的菜脯成了宜蘭特有味覺。一碗米粉羹熱熱上菜，加黑醋、胡椒是早期吃法，還要加辣椒，那就是近半世紀的飲食變遷吃法了。



盤子上的貓耳

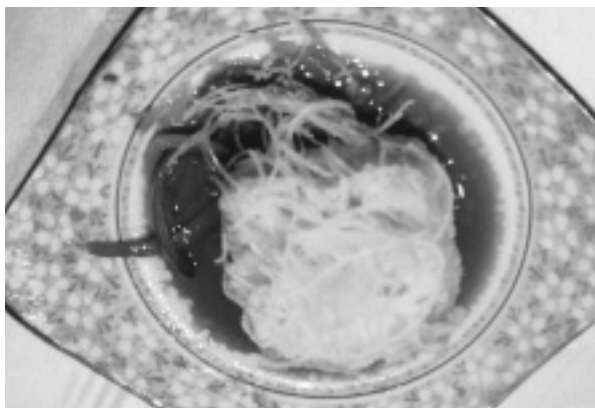
距宜蘭市20分鐘車程的羅東公園旁的米苔目，是得趕在中午前去吃的一家。當地人說，碗中要多放油蔥、芹菜，湯頭入口才過癮。真的，主角的米苔目反不如湯頭受歡迎，濃腴的湯最受青睞。配上豬的臉頰肉即台語的「頭骨肉」，得趁熱才撥得下。比起粉腸，點頭骨肉的人更多，外地人對生肉灌腸，好奇多過味道，軟軟的粉腸

吃來，有些人可不習慣，沒吃過，不妨嚐一嚐。

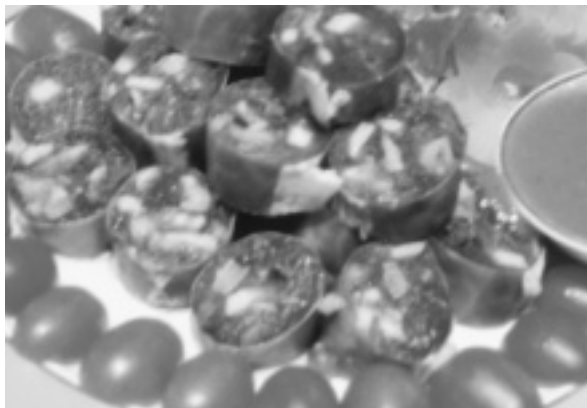
各城鎮興起的「國宴小吃」，宜蘭端出了四寶的鴨賞、膽肝、金棗、羊羹、全裝飾地美美上了檯面；主理的「渡小月」餐廳裡，把小吃一網收編成桌菜，像貓耳、糕渣、鴨賞、膽肝、粉腸都成了另類宜蘭味。太鹹、太油，早期沒冰箱時代的保存法給改成現代健康飲食，也有九孔以熱炒入味，都是該餐廳的新烹調法。

近來，廚師地位逐漸恢復，除了仰賴各地農會、美食展及出國宣揚的助力。廚師本身對營養、產物的認知及努力手上功夫，都大大提昇廚師號召力，現今請廚師簽名，宛如明星，已不稀奇。

其實，隋唐時代，廚師一職高至相位。如何發揮廚師能量，消費者也有一定的引導空間。在宜蘭的美食節，見陳師傅高舉宜蘭蔥、九孔，推銷當地特產，從廚房走出來，也是一番努力。畢竟，在台上開口不容易，得用力鼓掌。



多了調味的糕渣



粉腸