

台灣鯛文化節

文圖／見晴



原名吳郭魚的台灣鯛

雲林縣麥寮鄉於今年5月間在運動公園舉辦「台灣鯛產業文化節活動」，吸引來自全國各地熱情遊客蜂擁而至，盛況空前，熱鬧滾滾。

會場中最受矚目的是台灣鯛烹飪比賽，共有來自全國各地的學校、社會團體19隊參加。由鄉公所提供爐灶、台灣鯛素材，及各種所需配備，師父們無不絞盡腦汁，設計出各種台灣鯛料理，巧手慧心，一道道色香味俱全的台灣鯛美食紛紛出籠。經評審委員一一過目試嚐後，獲得第一名的

是來自高雄市的高雄餐飲學院廚藝系。

台灣鯛原名叫吳郭魚，由南洋引進，所以，又稱「南洋鯽仔」，經過改良，重可達3~4斤，肉質細膩，滋味鮮美，已成為漁市場的主要食用魚之一。由於養殖容易，產量驚人，腦筋動得快的貿易商，開始外銷日本、美國，成果斐然。吳郭魚外型 and 鯛魚略似，有人就建議將吳郭魚改名為「台灣鯛」，果然名氣大振，如今已成為台灣外銷農產品的四大旗艦產品之一。

麥寮鄉是一海口鄉鎮，養殖台灣鯛的魚塭面積就有300公頃以上。為鼓勵民眾多多食用台灣鯛，經常舉辦促銷活動，像這次的台灣鯛文化節是其中之一。麥寮鄉農會家事研究班特地為台灣鯛調配出10道美味佳餚，簡介如下。

1. **琉璃神鯛**：將竹筴泡軟，裡塞入蝦子，外面包裹台灣鯛肉片，空間妝飾著青花椰菜，周邊綾圍青江菜，放置蒸籠，蒸至熟取出，淋上勾芡即成。
2. **紅麴玫瑰**：台灣鯛肉切片，醃浸紅麴、調味料，40分鐘後，將魚肉片捲成玫瑰狀，空間置蘆筍呈星狀，下鍋蒸8分鐘即可出籠。
3. **蔘歸筍鯛**：將長蔘、當歸、荸薺、甘杞熬湯，兩碗水熬成一碗湯，湯汁蒸火



琉璃神鯛



紅麴玫瑰



蔘歸筍鯛

腿、香菇、台灣鯛肉片6分鐘，取出勾芡即OK。

4. 翡翠鳳眼：台灣鯛魚醬、香菇、鹹蛋黃，捏合成一個鳳眼形狀，入鍋蒸熟，再淋上翡翠羹即可。

5. 烤鯛水晶：鯛魚先酌料加入迷迭香，放進烤箱烤熟即成。

6. 咕咾鯛魚：台灣鯛魚肉先煮熟備用，青椒、洋蔥、鳳梨炒熟加入番茄醬，魚頭和尾巴入鍋炸好。將魚頭魚尾擺上



台灣鯛文化節活動

7. 鮮鯛鮑盅：台灣鯛7片川燙過，入盅加入鮑魚片、文蛤、雞絲、煮熟加調味料即成。

8. 潮鯛唐揚：將台灣鯛切成條狀，沾土司屑油炸熟即可。

9. 四季如春：將台灣鯛肉片捲成型，部分沾麵粉油炸，部分包裹柴菜皮，包裹餛飩皮油炸，再飾以水果片。

10. 金星伴月：將台灣鯛魚切成小片煮熟，放置在數個小碟上，配以干貝、蔥、薑、蒜、樹子、紅辣椒等。

解



潮鯛唐揚



翡翠鳳眼



鮮鯛鮑盅