

文圖／徐清銘

## 台中區發展地方料理 —原鄉美饌烹藝競賽



石岡田媽媽勇奪冠軍



南瓜屋田媽媽接領獎杯

長桌上，各色佳餚一字排開：「荷夏蛙鳴」巧借苦瓜、百合、蓮子為媒材，引夏夜荷塘風情入盤，看了令人「心涼脾肚開」；「悠游」以鬱金香、紅蘿蔔上色，捏成的米飯錦鯉活靈活現，宛如魚兒水中游；每一道料理都極富巧思創意，色、香、味樣樣考究，讓人直吞口水，卻不捨下筷。

### 業餘競賽·專業水準

場景是「台中區發展地方料理—原鄉

## 尋常食材 創意發想 廚藝激盪

美饌烹藝競賽」成品展示桌，時間是8月22日，地點在弘光科技大學。這項美食競賽由農委會台中區農業改良場與台中縣農會合辦，參賽者皆為台中縣市、彰化、南投各農會家政班及「田媽媽」經營班班員。雖是業餘性質，端出來的成果普遍具有專業水準，比五星級餐廳大廚精心傑作未必遜色，尤其競賽規則特別強調材料需結合地方農特產特色，以簡單而大眾化的食材，調理出如此出色的料理，更突顯功力。

此次報名參賽共有20組，其中12組為家政班班員、8組為田媽媽，兩人一組搭檔，必須在90分鐘之內完成3道6人份料理，其中1道限定以稻米為設計主軸，另2道則需以在地盛產的農特產為主要材料。

### 三低一高·健康美食

既是競賽，美味之外，還得以美色加分，刀功、配色、盤飾樣樣講究，1道菜少者6、7，多者10幾項作業程序，90分鐘時限相當緊湊，但見參賽的「婆婆媽媽」削果剝菜疾如風、翻鍋快炒迅如雷，各個手腳俐落、架式十足，兩人分工井然有序，沒一會兒，競藝廚房內，已然香味四溢，一盤盤佳餚陸續出爐，送上展示長桌靜待鑑賞。

由於今年競賽以「低油、低鹽、低糖、高纖維」為烹調主題，強調美食之外，還要健康，參賽隊伍設計的菜色以清淡、冷調為

主流，油炸、煎烤手法相對不多，型式風格偏向歐風、日式，特別講究盤面美感，裝飾極盡巧思。例如「立竹天下」以竹筒為骨幹，小竹節當盛器，掛上刨空鑲肉的綠竹筍，再以幾片蒼翠竹葉畫龍點睛，整道菜宛如精美的藝品；裝飾素材選用則無所不有，蝴蝶蘭、火鶴花、向日葵、荷葉、稻穗、盆竹等美麗素材廣受引用，連金魚缸、彩色蠟燭、摺扇，甚至生毛帶角的竹子頭也堂堂上桌。

## 排課集訓·培養默契

食材運用方面，參賽者大多掌握地方特色，清水鎮農產以韭黃聞名，參賽隊伍設計的「韭膏四海任遨遊」、「富貴韭黃好芋兆」、「黃金傳奇黑炫風」3道料理，全以韭黃入菜；彰化伸港鄉盛產洋蔥，「南瓜屋田媽媽」隊的「菇星伴月」，以白皙洋蔥勾出彎月，「玉含禾香」也以洋蔥領出五穀飯，絕佳手藝與地方特產搭配運用的淋漓盡致。

爲了這項年度美食盛事，各路高手早已展開準備，部分鄉鎮農會甚至排課集訓。大甲農會家政班的林玉英、曾玉鶯，一起演練了一星期，她們笑說，這段期間家裡不開伙，「練好功夫喀要緊」，因爲都是第一次參賽，多練習有



美食專家講評

助於培養默契，也可腦力激盪，想些好點子。

## 促銷農產·觀摩交流

林玉英、曾玉鶯兩人並未從事餐飲業，烹飪純是興趣，雖然早當了祖母，菜色設計卻洋溢青春活力。平常的米飯以鬱金香粉、紅蘿蔔上色，塑成黃紅白間雜的米飯錦鯉，以高湯、黃綠菜蔬爲底，「悠游」況味躍然而現；另一道「葫中藏」，以苦瓜爲表，內藏梅干菜，口味



衆高手各顯本事



「荷夏蛙鳴」以苦瓜、百合、蓮子組成夏夜風情



「火龍冰淇淋」色彩豔麗

甘苦相依，恰到好處；還有一道「紫麵」，以水蓮、銀芽、芋頭、雞肉切絲，組成色彩繽紛的另類麵食。每一道食材都平凡可見，加上創意，頓顯不凡。「紫麵」榮獲此次競賽創意獎。

原鄉美饌烹藝競賽的舉辦，來自農委會的點子，目的在推廣地方料理美食，希望藉此活動提供各路烹飪高手展現手藝的舞台，進而相互觀摩交流，激盪出令人耳

目一新的佳餚，使鄉土產業更具有特色，活絡農村經濟。

### 歷經磨練·漸入佳境

此次競賽為台中區第4度舉辦，經過3次賽事洗禮，今年競賽整體表現大幅精進，不只參賽隊伍普遍有此感受，評審團的專業美食家也認為進步極多。東海大學教授吳友欽說，第一次評審時，有「痛苦」之感，還得提醒參賽者，色香味之外，也不能忽略「型」、「器」的重要，如刀工、盆盤色澤、形狀選用都得講究，此次則已入佳境。

吳教授對參賽隊伍在手藝、創意方面表現給予很高評價，不足之處也提出專業建議。他說，單項菜餚創意可天馬行空，組合菜色設計則應有整體感，否則擺在一起，說好聽點像「聯合



「黃金貴妃果」以荔枝入菜



「菇星伴月」以洋蔥勾出彎月



米飯錦鯉「悠游」自在

國」，其實宛如「烏合之眾」。盛器選用除美感之外，還需匹配菜餚特質，如雞湯會有沉澱物，透明玻璃盆就不適合。

### 掌握搭配·注重安全

弘光科技大學廖清池教授則建議參賽者，食材搭配可再加強，如筍乾與苦瓜風味不搭調，就不宜同台；五穀米煮熟時間不一，需掌握不同米種的時間差；香椿味道雖香，但點綴太多反而顯苦，且配料不宜喧賓奪主。另外，他特別強調安全最重要，不能為了裝飾美觀而

讓菜餚暗藏機關，例如牙籤等。

廖清池教授表示，以前的師父作風保守，較少與外界交流，許多小缺失，可能自己也沒注意，手藝雖好，菜餚卻未必有好吃樣，十分可惜，烹藝競賽提供極佳的觀摩交流機會，值得大力推廣。

經過評審團品評後，此次美食競賽由石岡鄉田媽媽勇奪冠軍，亞軍為台中市田媽媽、大里市健民里家政班，季軍為清水鎮田媽媽、竹山鎮田媽媽。成績出爐，全體參賽者以創作佳餚為前景合影留念，相約明年再來。

## 2006食品促進健康之國際研討會

時間：2006年11月13~14日（星期一、二）

地點：國立台灣大學集思會議中心（台北市羅斯福路4段85號B1）

主辦單位：台灣大學生物資源暨農學院食品科技研究所

補助單位：行政院國家科學委員會、台灣大學生物資源暨農學院

協辦單位：台灣食品科技學會、台灣農業化學會、台灣營養學會、台灣保健食品學會  
海峽兩岸學術文化交流協會（保健食品研究會）、台灣公定分析化學家協會

2006年適逢台大食科所創所30週年，為促進國內產、官、學、研間的互動，以及與國外之交流，台大食科所於11月13~14日舉辦「促進健康之食品國際研討會」(2006 International Symposium on Food for the Wellness)，以2天的時間討論4大主題，第一天上午以食品的保健功能性為主軸，呼應食品市場的趨勢，下午則以新興科技：奈米科技於食品的應用為主軸，帶給國人對奈米技術的認知，瞭解其對食品科技可能的衝擊；第二天上午以食品市場趨勢為主軸，內容不但包括保健食品的市場趨勢，也討論傳統產品，如乳品、飲料等，期能讓國人瞭解傳統產品的重要性，下午以各國特殊產品的介紹為主，作為國內發展農特產品的參考，期能讓國人對食品市場、科技有全面性的瞭解。

會中將邀請9位來自美、日、英、瑞士4國的學者專家，及7位我國學者專家提出學術報告，同時促進演講者與參與者間的互動，以達到知識與思想的交流。