

麻芋與民俗糕餅

文圖／林麗娟



八卦窯辦桌古味濃

在酷熱的夏季來到台中，最能消暑的莫過於一碗麻芋湯，最能憶起兒時情懷的是搭配一方狀元糕、餞龕糕。

時下根本不容易吃到、看到的民俗傳統，倒是在南屯區犁頭店、寶山社區都被刻意地搭配節令、民

間信仰保留著，入寶山絕不要空手而回，可以來遇一回打鐵店、搬演歌仔戲、古窯燒灶辦桌、迎媽祖遶境、欣賞老阿伯草編和拉胡琴，濃濃古意的浮生半日，映照出非常懷舊的美好時光。

循著犁頭店歷史和民間信仰，找到美食脈絡

南屯區里在清廷領台之前，漢人足跡罕至，是平埔族群中巴布薩的獵場。康熙60年（西元1721年）朱一貴反清事件後，藍廷珍總兵在此招墾出千畝良田，這個台中盆地最早開發的聚落，因應墾殖所需，鑄造犁頭與打製農具的打鐵店舖林立，因而舊名「犁頭店」，犁頭「三角街仔」隨著也有「台中第一街」盛名，商家齊集成市。如今，則僅存慶隆打鐵舖一家。

大宗物品當年由中部第一大港鹿港轉至犁頭店，供應墾務所需，犁頭店的貨源來自彰化縣城，因此犁頭店可說是北部台中盆地的一大交易據點，尤其在康熙、雍正年間，是台中地區唯一的交易市場。

到犁頭店，可以看到民間信仰的脈絡，從前的農業社會，每年秋收後和節慶時，為了慶祝豐收和感謝神明，常在廟宇附近搭建戲台，邀請不同的戲班演出野

台戲。在清末民初到光復後的一、二十年間，歌仔戲也在台中創造了風潮，而成為當時老百姓生活上最大的調劑品。尤其是在逢年過節或農閒時期，無論大人或小孩，搬著長板凳齊集戲棚下，觀賞那栩栩如生的戲裡人生，真是一大享受。現在台中市歌仔戲的活動，大多得在廟會酬神時比較容易看到，如每年3月期間，南屯萬和宮的「字姓戲」就發揚了這個美好的傳統，輪由各姓人家邀梨園演戲請媽祖觀賞。南屯字姓戲的極盛期大約在1860至1870



土地公廟是居民信仰與聚會中心



古式灶窯



古式餅的提藍



民俗糕餅館導覽

年代，光復後，盛況已大不如前，星轉物移，只供人緬懷那光輝的過往。

犁頭店·寶山土匪窟，民俗古味濃

犁頭店俗稱「拉狸」，據古老傳說，在墾荒時期，有一隻金色「拉狸」（穿山甲）睡在地下，先民對於這種嗜睡的動物，有不少的傳說。深信一旦穿山甲一覺不醒，會為子孫帶來災難，尤其端午酷熱時節，最容易讓穿山甲昏睡，因而演變成在端午節正午，里民出動以長木屐競走「驚嚇」穿山甲，為震醒穿山甲「翻身」，更穿插一連串的民俗才藝活動，如：打陀螺、鐵圓框慢行、老公背老婆，思古味濃且熱鬧風光。

南屯有個「土匪窟」，就是寶山社區，早年會得此名是因當地人會強要外地過客留下「買路財」，又舊名「豬哥庄仔」，農戶牽著豬哥（種豬）到此地水坑飲水慰勞牠完成「任務」，日據時期才雅稱為「知高」。

民國40年間，南屯區配合公賣局種植菸草，蓋了很多菸寮，大部分居民則務農種稻維生，如今忠勇路旁的一片黃金稻田，已是台中都會最後一塊僅存的產稻區，捉泥鰍、捉田螺

是兒時童趣，紮稻草編織成草

墊、草鞋、床墊用途的草

菁、「關」草蟻的籠

子、捕魚的漁

籠，都經由年

長伯公、舅

公們的手工

藝傳承而保

留下來，

大家一起

動手做。

草編拉絃





林金生麻芽狀元糕

何處可吃到 麻芽與民俗糕餅

犁頭店麻芽文化館

地址：
中市南屯區萬和路一段56號
(萬和文化大樓5F)
電話：(04) 2381-9769
館長 林惠敏

林金生香餅行

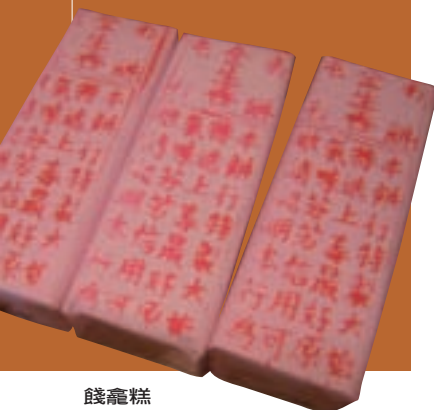
地址：
台中市萬和路一段94號
電話：(04) 2389-9857

麻芽小攤

地址：
台中市西屯區甘肅路傳統市場
(重慶路口)



林金生麻芽糕餅



錢糰糕



林金生香餅行端餅

古早味的美食也從稻香蔓延起，草仔粿、米苔目、紅龜粿、甜飯、粿仔條、碗糕粿、菜包、湯圓、麻芽、菜頭粿是婆婆媽媽們聚會時情感加上經驗交流的菜色，做好後，各自帶些回家，要不然就吆喝來圍著圓桌吃「大鍋飯」，先生、孩子祭了「五臟廟」，嘴巴「油磊磊」，真是滿足極了。

大家信步到福德祠去揀菜、講古、下棋，紮草叔、蝦籠伯、草墊伯、草蟻籠伯、草菁伯、草帽孀在稻埕廣場一邊「答嘴鼓」、一邊手裡忙著手工藝之際，80多歲的二胡伯悠悠揚揚地拉起台灣民謠，伴奏這夕陽辰光。

研銷健康竹炭產品的「炭索館」充當社區文化館，陳列著炭窯模型，是社區精神所繫；「八卦窯」是座已有54年歷史的雞蛋型紅磚窯，目前內部改裝為辦桌的餐廳。

麻芽·錢糰糕，無法替代的美味記憶

民國46年，台中區農業改良場以黃麻種子研發名為「台中特1號」的新品種，開啓麻芽在台中盆地大量種植的歷史，雲林以南、豐原以北很少有人食用，逐漸形成台中的特色。

日據時期，隸屬台中縣南屯鄉的麻園頭溪，就是以黃麻園聞名。南屯是目前台中市農地面積最大的地區，麻芽的種植量最多，民風純樸，婦女一邊摘葉清洗一邊聊著天，傳襲著傳統的麻芽湯吃法，而號稱「麻芽的新故鄉」。

麻芽指的是黃麻的嫩芽，在物資缺乏的年代，黃麻整株的實用價值很高，可食、可加工做為染劑，以及製作胸花、錢包、壓花等工藝品。黃麻是麻繩及麻布袋的原料，在日本據台時期及台灣光復後為重要的經濟作物，早期多被應用於農業器具及日常生活用品上。自聚脂纖維工業興起後，麻製品因需求大不如從前，黃麻種植面積越來越少而逐漸沒落，想要嚙口費工費事去苦水後煮成的麻芽湯，也變得不易了。麻芽趁鮮食用，少量用於糕餅業，因烹煮料理手續繁瑣且不易保存，所以目前皆為零星栽培。

麻芽文化的保存，不單只著重於日常生活的面向，在飲食文化以及醫療





草編工藝品漸成回憶



麻的手工藝品



慶隆梨頭店

功效方面也開始被大力研發，包括地方農會及地方社團辦理的麻筴手染、編織研習以及陸續由學界、醫界發表的麻筴相關研究等。

據中山醫學大學教授王進崑研究發現，麻筴可阻擋致癌物質自由基生成，效果是維生素E的5倍、維生素C的7倍。

到梨頭店，絕對要品嚐百年老店林金生香餅行的餛飩糕、印糕餅、麻筴狀元糕、麻筴餡太陽餅，來趟糕餅導覽，了解那個年代提籃糕餅的古色古香，同時，品嚐麻筴萬萬不能少。

天氣酷熱，最宜喝一碗綠如滑翠、清爽消暑的麻筴湯，加進金黃香甜的地瓜塊有飽足感，加檸檬有清爽感，加鮮香的魷仔魚，滋味都很清甘。「麻筴」是地方特產，入夏季節開始盛產，萬和宮樓上的文教基金會闢有「麻筴文化館」，讓大家能緬懷昔日農村生活的樸實單純。 [圖]



市定古蹟台中萬和宮



萬和宮媽祖遶境盛事



歌仔戲棚下



萬和宮梨頭店木屐踩街

凉拌笋葉 6人以上份量

材 料：長果種甜麻1把、日式海苔調理包1/2包、
冰水1大碗

調味料：香油少許、鹽少許

作法：

1. 取長果品種甜麻的葉子，整片摘下來，洗淨後備用。
2. 清水滾開後，放入甜麻葉、香油和鹽，再滾開約2分鐘。
3. 撈起甜麻葉，快速地泡進冰水裡，冰鎮約10分鐘後，盛起放盤子裡，撒上海苔，就大功告成了。

TIPS：冰鎮嫩葉可保鮮脆，夏天享受的口感是非常爽快解暑的。

麻笋果凍 6人以上份量

材 料：長果種或圓果種甜麻1把、果凍粉1小包
調味料：冰糖適量

作法：

1. 將甜麻葉片整片摘下來，洗淨後備用。
2. 清水滾開後，放入甜麻葉，再滾開，轉小火，繼續煮約10分鐘，變成一鍋黏稠的綠汁。
3. 將煮爛的葉子濾除掉。
4. 再在作法3留存的汁液裡，加進冰糖，熬煮至冰糖融化。
5. 加入果凍粉，熄火，攪拌勻。
6. 用水壺裝著作法5煮好的果凍液，一一沖進果凍杯模，待冷卻後，放進冰箱裡冷藏。

TIPS：想吃的時候，就拿一杯來慢慢品嚐，冰冰涼涼的感受中，含著麻笋獨特的微苦後甘滋味，清香爽口。

麻笋燒肉粽 20個份量

材 料：長糯米1200克、蝦米38克、粽葉40張、
紅蔥頭10瓣、粽繩20條、香菇75克、豬肉1200克、
麻笋煮開取汁20c.c.、沙拉油適量

調味料：鹽、胡椒粉、豆輪、醬油、五香粉均適量

作法：

1. 鍋中放滿水，煮滾，放入粽葉燙一下，撈起後，浸於清水中洗淨。
2. 把糯米洗淨，放入麻笋汁浸泡3小時，瀝乾備用，麻笋汁留用。
3. 蝦米洗淨備用。
4. 豬肉切成塊狀，放入醬油、五香粉醃漬1小時。
5. 香菇以溫水泡軟後，擠出水份，去蒂，切成4塊。
6. 豆輪浸水半小時，切成4塊。
7. 紅蔥頭洗淨，切末。
8. 炒鍋內放入油，把香菇炒香後先撈起來，再炒蝦米、豆輪、豬肉炒出香味，全部撈起。
9. 原鍋不斷翻炒作法2的麻笋米，直至炒出香氣，即倒入麻笋汁，約蓋過米的表面，拌勻後爛煮一下，等水快乾時，再改以小火翻炒至九分熟，即可起鍋。
10. 兩張粽葉摺疊好，填入炒好的米到半高，放入作法8餡料，再填入米至填滿，然後包成角粽，拿粽繩匝紮綁緊。
11. 鍋中煮滾2/3高度的水，鍋上面安置蒸籠，將20個包好的粽子放入，蓋緊籠蓋，以大火蒸30分鐘即可。

TIPS：多了一層麻笋綠色、麻笋香氣，口感與眾不同，吃了就難忘。

麻笋鹼粽 20個份量

材 料：圓糯米750克、麻笋汁150c.c.、鮮粽葉20張、
粽繩20條、三偏磷酸鈉(食用鹼粉)
1.2克或1小匙

作法：

1. 糯米洗淨、瀝乾，加入鹼粉、麻笋汁拌勻，浸泡1小時。
2. 粽葉熱燙過，洗淨、瀝乾。
3. 兩張粽葉摺疊好，舀入糯米3大匙包成角粽，拿粽繩繞三匝綁好，其他粽子也依此法包好。
4. 以大火煮滾水，煮鹼粽，水若不夠時應另加滾水，等滾沸就轉中火續煮3小時即可。

TIPS：三偏磷酸鈉的用量為煮液的分之二，鹼粉成份主要是碳酸鈉(Na₂CO₃)，溶在水裡會成為強鹼！在中式的麵食、鹼粽、粉粿等食物裡，常會加入微量鹼粉，使它們吃起來口感QQ的！

