

台灣地方特色創意料理之媽祖宴菜色的開發

¹林文麒 ²鍾幸潔 ³王恩普 ⁴顏禎澄 ⁵利尚仁 ⁶廖紹富 ⁷覃孟雄

^{1,2,3}美和科技大學餐旅管理系專任講師

⁴美和科技大學餐旅管理系專任講師

^{5,6,7}美和科技大學餐旅管理系助理教授

¹x00010269@meiho.edu.tw

摘要

媽祖宴菜是媽祖文化的一個組成部分，從中可窺視媽祖信仰的歷史性、民族性、時代性，目前有關媽祖宴之菜色由來，皆與「海」、及「海神」等相關傳統文化概念創作，卻忽略媽祖文化在台灣已演變出有別於「海神信仰」的傳統，本計畫以地方特色食材為基礎，精心創造出富含在地媽祖文化魅力，兼具神聖色彩的媽祖宴菜，發展地方特色之宴席菜餚，有助文創觀光產業之發展。

(**關鍵詞**：媽祖宴、創意料理、美和科技大學餐旅管理系)

前言

媽祖信仰不只是台灣重要的信仰習俗，更是移民社會和海洋文化的代表，由於早期漢人移民多自中國福建渡海而來，且臺灣四面環海，海上活動頻繁，因此媽祖成為臺灣人最普遍信仰的神明之一。媽祖信仰傳到臺灣以後，逐漸發展出屬於自己的特色。四百年來護佑著台灣人民渡過台灣海峽，陪伴台灣人歷經荷西、明鄭、清廷、日本、國民政府，在人心最徬徨、無助的時候，媽祖婆的慈愛總是台灣人民最重要的依靠。

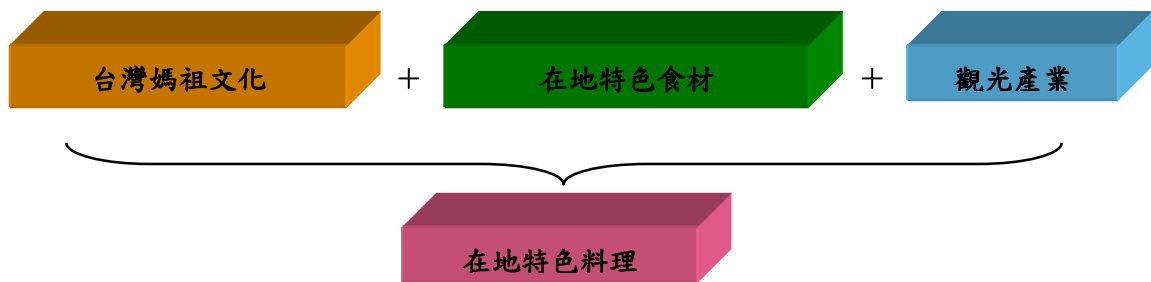
『媽祖』在中國福建南方原是『出海媽祖』，只是漁民的守護神。但在臺灣的媽祖已成『過海媽祖』，她在歷史上已成離開唐山的移民祈求平安到臺灣的過海守護神。媽祖信仰還包括宗族、姓氏群的崇拜。由於媽祖姓林之緣，臺灣各地林氏都喜稱媽祖為姑婆祖、祖姑，藉以拉近媽祖和林姓之間的親密關係，林姓亦常自稱為媽祖的裔孫、族孫，甚至組織有大規模的共祭團體。臺灣的媽祖傳說，大概都是媽祖用裙擺擋下第二次世界大戰的美軍空投炸彈。二次大戰期間，盟軍丟兩顆炸彈在大甲街上，一顆炸燬火車站一帶；一顆未爆彈落在媽祖廟旁的市場

邊，當時鎮殿媽祖的雙手是張開的，民間流傳是鎮殿媽祖顯靈接砲彈，才使鎮瀾宮城內一帶沒有受到炸彈損傷。「朴子配天宮」、「雲林西螺」、「屏東萬丹萬惠宮」也有相似的傳說。

在台灣有「三月瘋媽祖」的一句話，即每年大甲媽祖遶境，幾乎是台灣宗教界的頭號大事，數百萬的百姓沿途膜拜，成了眾所矚目的社會文化活動。近年來甚至與台南鹽水蜂炮一樣，與觀光結合在一起，成為「大甲媽祖國際觀光文化節」。為配合政府目前積極發展文創產業，本計畫結合「本土媽祖文化」與台灣在地特色食材，進行媽祖晏菜色之創意料理的開發，期望能與屏東觀光事業結合，成為本地的特色料理之一。

研究架構

「文化創意產業」乃近年來政府所大力推動的重點產業，希望開拓創意領域，結合人文經濟以發展兼顧文化與經濟效益的產業。本計畫結合「本土媽祖文化」與「在地特色食材」，進行媽祖晏菜色之創意料理的開發，並結合「觀光事業」之推動，開發本地的「特色料理」。



材料與方法

一、

菜名：庇佑安康傳香火							
鳳梨材料		釀烏參材料		調味料 A		調味料 C	
內埔鳳梨	4 兩	佳冬草蝦(剝泥)	6 兩	砂糖	1t	番茄醬	4T
恆春荔枝	12 顆	東港櫻花蝦(切末)	1 兩	米酒	2t	冷水	1 杯
內埔黑豬絞肉(剝泥)	8 兩	車城洋蔥(切末)	1 兩	胡椒粉	1t	鳳梨汁	2T
西芹(切斜段)	4 兩	枋寮辣椒(切末)	1 兩	太白粉	1T	白醋	2T

紅甜椒(切片)	2兩	新鮮烏參	12隻	香油	1t	鹽巴	1/2t
黃甜椒(切片)	2兩	清江菜	12顆	調味料B		調味料D	
蒜頭(切片)	5錢	馬蹄(切末)	2兩	柴魚精	1t	蠔油	2T
薑片(切片)	5錢	中薑(切末)	1兩	太白粉	1/2T	砂糖	1T
		蒜頭(切末)	5錢	胡椒粉	1t	高湯	1杯
				米酒	2t	太白粉水	適量

作法

- 一、取挖球器將鳳梨挖出數顆鳳梨球及切丁；荔枝去殼去籽留肉；蒜頭、中薑切片及切末；西芹切斜段狀；清江菜去除老葉削尖；青花椰菜切小朵狀，紅黃甜椒切片；馬蹄、辣椒、櫻花蝦、洋蔥切末；草蝦、烏參去殼去腸泥洗淨。
- 二、絞肉再剁至綿密，加入鳳梨丁調味料A拌打均勻入味；塞入荔枝肉內放入蒸籠蒸約3分鐘，取出備用。
- 三、草蝦仁剁至綿密，加入馬蹄末、蒜末、薑末、洋蔥末、辣椒末櫻花蝦末及調味料B攪拌均勻入味；將餡料塞入烏參內放入蒸籠蒸約8分鐘，取出備用。
- 四、滾水鍋中分別川燙鳳梨材料，另起油鍋爆香蒜頭片、薑片再放入所有川燙之食材及蒸好的荔枝肉，以調味料C拌炒入味，起鍋盛盤以青花椰菜圍邊備用。
- 五、將蒸好烏參取出後與燙煮過之清江菜組合，淋上蠔油芡汁(調味料D)，再與作法三擺盤即可出菜。

注意事項

1. 烏參容易因加熱縮水，所以烹煮時間勿太長。
2. 另青花椰菜亦可使用市面上現成的雀巢碗代替，既美觀又可食用。

二、

菜名：風調雨順年年餘

材料		材料		調味料	
林邊龍膽石斑	1尾	枋寮辣椒(切絲)	2支	鹽巴	1/4t
長治綠竹筍	1顆	蔥(切絲)	4支	米酒	1/2T
內埔花生豆腐	2盒	薑(切絲)	1兩	柴魚醬油	1T
乾冬菇	6朵			魚露	1/2T
芥蘭菜	4兩			蒸魚汁	2T

作法

- 一、冬菇泡熱水至軟化，切斜片；花生豆腐切十塊厚片狀；火腿、綠竹筍、中薑分別切長方形水花片，芥蘭菜修尖去老葉，辣椒切圓形段及去籽細絲；蔥與薑切細絲與辣椒絲泡水。
- 二、石斑魚取下兩片魚菲力肉後，切成十塊厚片狀，用適量的酒及鹽巴抓醃數分備用。
- 三、將冬菇片、火腿片、筍片、薑片各一片堆疊放在魚片中間，使成黑白相間鋪於豆腐上，散置在上面，魚尾插入魚頭嘴巴中，待蒸鍋中水滾時放入，用大火蒸約10分鐘，取出後留下魚汁備用。
- 四、在鍋內燒熱2湯匙油後淋到魚上面、以增加香氣及光亮，再排放燙煮過之芥蘭菜及辣椒段在四周圍，淋上以魚汁與調味料煮勻的醬汁即可上席。

注意事項

- 1 魚頭魚尾較不易蒸熟，可先入鍋蒸約2分鐘，再放入排好的魚肉一同入蒸至熟即可。
- 2 另可將魚汁從與魚露調成新的魚露醬，亦可增加香氣外，更有不同口味的享受。

三、

菜名：護國安民顯神威					
鮮果沙拉材料		紅豆八寶材料		調味料 A	
林邊蓮霧	10 顆	萬丹紅豆	2 兩	沙拉醬	10 兩
枋山愛文芒果	1 顆	高樹芋頭	1 兩	梅子粉	2 兩
碎冰	1 斤	霧台南瓜	1 兩		
薄荷葉	10 片	新埤龍眼	5 錢		
		綠豆	5 錢		
		紅棗	5 錢		
		麥片	5 錢		
		薏仁	5 錢		
		花生仁	5 錢		
		圓糯米	2 兩		

作 法

- 一、蓮霧底部以雕刻刀挖出一個四方凹槽並去籽，芒果一半切丁一半以果汁機攪成泥備用。
- 二、芋頭與南瓜切約 0.5 公分塊狀，圓糯米、薏仁、花生仁先泡水約 30 分鐘龍眼去殼去籽取肉。
- 三、湯鍋中先加入冷水及紅豆、綠豆一同放入鍋中煮沸後，將火關至小火煮約 30 分鐘；再加入圓糯米和麥片、花生仁、薏仁、桂圓肉，再煮 30 分鐘後添加芋頭丁及南瓜丁。
- 四、直至全部煮至熟爛再加入砂糖試味，盛裝於小玻璃杯中待冷備用。
- 五、碎冰先鋪於盤中央，蓮霧插入碎冰中，凹槽內先放入適量芒果丁，擠上調味料 A 與芒果泥調製而成的芒果沙拉醬。
- 六、蓮霧以薄荷葉裝飾即可，出菜前再與紅豆甜八寶一同出菜即可。

注意事項

1. 紅豆甜八寶的甜度可依個人喜好自由調整，另這道甜點亦可熱食。
2. 蓮霧挖好凹槽時，放入冰水中冰鎮亦可避免氧化變黑，另可增加脆度口感。
3. 沙拉醬亦可搭配當季特產水果調味，另因水果含有較多水分，添加時須注意濃稠度，否則將造成沙拉醬太稀或油水分離的情況。

結果與討論

一、菜名：庇佑安康傳香火



在地食材介紹：

- (一) **內埔鳳梨**：農業處長林景和說，鳳梨是屏東縣重要產業，全縣栽種面積約 3500 多公頃，是全台栽種面積最多縣份，主要在高樹、內埔及潮州一帶，每年 4 至 6 月是主要產期，除供應國內市場更外銷到日本、韓國及中國大陸等國家，屏東鳳梨由於特殊氣候及環境，品質及風味特別好，還創下台北批發市場最高拍賣價格。
- (二) **恆春荔枝**：玉荷包的果皮棘尖而深，有刺手感，單顆果重約 20-30 公克，核小肉多細緻，含有高膳食纖維、豐富抗壞血酸、菸鹼酸及維他命 b2、磷、鈣等多種礦物質，也是養顏美容助消化的天然水果。
- (三) **內埔黑豬絞肉**：黑豬是本地豬，耳朵較大、皮較皺，最少要養十個月以上，肉質比白豬更熟、也較甜。
- (四) **佳冬草蝦**：佳冬是六堆客家鄉鎮中，唯一靠海的鄉，因此各種養殖業非常發達，於民國七十六年間林邊區養殖草蝦高峰期，養殖面積高達一千多公頃，曾有著草蝦王國的美名。
- (五) **東港櫻花蝦**：東港人又叫牠「花殼仔」，緣起於它殼帶花紅而得名。這種蝦類全世界就只有屏東縣東港鎮和日本靜岡縣有產出，日本人見這那種蝦生活在兩百公尺海底，因為在不透陽光的深水裡；大群大群發亮的身體在海裡如飛舞般游躍，看著這些身上會發出微光的蝦子，彷彿就像日本初春裡繽紛落下的櫻花辦一樣，所以便有了這個美麗的名字——「櫻花蝦」。
- (六) **車城洋蔥**：石蒜科植物，含有維生素 A、B、C、無機鹽類、碳水化合物等成分，營養豐富，是全世界普遍實用的蔬菜和調味品，並可用來製成藥品。洋蔥怕露水，而恆春半島貧脊的砂礫土及冬天強勁的落山風適合洋蔥的結球，使洋蔥繼瓊麻後，成為恆春地區主要的經濟作物。目前屏東縣內洋蔥種植面積有八十多公頃，產量佔全台八成以上，主要外銷日本，多分布車城鄉和枋山鄉。每年二月至四月是洋蔥採收期。車城農會設立洋蔥產業文化館展示洋蔥的歷史及食譜，往四重溪的台一九九線上，可以看到洋蔥田的特殊景象。

菜餚創作理念：

媽祖原為航海之神，主要任務在保護漁民、庇祐航行安全，隨著移民的播遷來台，媽祖的職務開始轉變，舉凡健康、事業、農事、感情等皆成為媽祖的業務範圍。在人心徬徨無助的時候，媽祖成為台灣人民最重要的心靈依靠，儼然是為台灣人的守護神，而每年元宵之後到三月廿三之間，各地媽祖的遶境進香活動更是台灣民間最重要的宗教活動。所謂「遶境」是指神明每年定期巡視其轄區，以安定人心、驅逐邪煞，是神明的「例行性任務」。

「庇佑安康傳香火」結合在地水果及海鮮烹煮做為主體來呈現，周圍

以副食材圍繞，猶如信徒藉由遶境進香活動及宗教力量祈求媽祖為信徒消災解厄、植福延壽、安撫心靈、淨化人心，激發人性的光輝，讓每一個焦慮不安以及無助的心靈得到撫慰。

二、菜名：風調雨順年年餘



在地食材介紹：

- (一) **林邊龍膽石斑**：全世界第一個開發出龍膽石斑魚苗技術的是1995年由水試所台東分所與屏東縣枋寮鄉龍佃養殖場合作而成，並於1997年確立量產技術。龍膽的開發成功不僅為台灣水產養殖產業帶來新契機，同時也可能對目前台灣石斑魚養殖業產生影響，其主要原因是由於本魚種成長速度快、價格高昂(每台斤新台幣約400~600元)及主要市場是在海外(日本、香港、中國大陸、南韓及東南亞國家)。據聞在日本此魚是一種補品，尤其是相撲、摔角及奉擊選手在賽前一星期必需食用此魚，據稱可增強體力及耐力，是否真有此驚人效果，國人可以親身品嚐而得到印證。資料來源：中華民國水產種苗協會
- (二) **長治綠竹筍**：綠竹筍性喜高溫多濕的氣候，及富含有機質的土壤，長治鄉栽植面積約200公頃，是屏東縣栽植面積最多的鄉鎮。由於屏東終年高溫、日照充足，自3月開始即進入發筍期為全台最早，產期可延至10月。綠竹筍是夏季重要的菜蔬來源，因熱量低、含豐富的纖維質，可促進腸胃蠕動，同時具有利尿、強化腎臟、淨化血液，結實基礎體力的功能，多吃不會肥胖。目前農委會正在推廣農產品產銷履歷制度，本鄉的筍農宜及早認識該制度，並確實做好生產記錄，讓消費者安心食用，在市場上建立安全優質的產品區隔。
- (三) **內埔花生豆腐**：早期60年來沒有色素的時代，想故意弄出這色澤無疑

強人所難。彼時本地家家主婦皆通曉此手藝，完成後的顏色渾然天成，只知必然如此，但不知其所以然。相延至今，環境劇變，能完全依照古法手工製作花生豆腐的，僅剩 2~3 位的老阿嬤。這個古法製作的整個過程是形成特殊顏色（淡紫色）的關鍵，其中生花生的曝曬更是關鍵中的關鍵。這是為何？因為運回來的是粉紅色的生花生（目前當地農民是以機械採收，並隨即冷藏保存）。為了常溫下的保存，必須曬過太陽，夏天大概須一天才能曬乾，冬天大約是三天，如此表皮逐漸變深褐色，入鍋前必須先研磨，研磨則必須泡軟。然後經 40 分鐘大約 120 度的熬煮，並且不停攪拌，其間漸漸產生物理變化，顏色逐步變化，肉眼可見，完成時自然形成粉嫩紫色。

菜餚創作理念：

根據傳說中：「漁民乘坐漁船出海捕魚，途遇颶風，狂濤巨浪，船隻危岌欲沈，忽然出現鳳儀神女，獨路所乘，彷彿有衣女端坐其上，船上桅頂，現有紅光，風浪頓息，轉危為安。」的典故來創作此道料理。取龍膽石斑魚頭為首，花生豆腐及魚身鋪底，綠竹筍片依序擺放於豆腐上類似船上桅頂，另以芥藍菜為船槳，蒸煮至熟後淋上醬汁，猶如媽祖乘風破浪，前往神助萬民；寓含逢凶化吉、化險為夷之意。

三、菜名：護國安民顯神威



在地食材介紹：

- (一) **林邊蓮霧**：原產於馬來半島，屬於桃金娘科的熱帶常綠果樹。十七世紀由荷蘭人自爪哇引入台灣後，初期僅在台灣各地農家及果園作零星的栽培。後來由於品種及栽培技術的改良，栽培面積逐漸增加，成為重要的經濟果樹。目前維持在 8,600 公頃左右。其中高屏地區佔 90% 以上。蓮霧以鮮果在台灣內銷，部分則外銷香港等地。民國五十六年

起，屏東縣林邊鄉農民開始嘗試再崎峰村沿海一帶栽種蓮霧，當地地質鹽分含量頗高，外加海上吹來的南風(俗諺『南風若透，蓮霧著甜』)，所產出的蓮霧果實雖小，但色澤暗紅且風味極甜，故稱「黑珍珠」。經過十數年栽種技術不斷改良，蓮霧變成三至五粒一斤的碩大果實，皮色深紅發亮，果肉脆而甜膩，汁液飽滿，甜度激增。民國七十一年，當時擔任省主席的李登輝先生來訪林邊，豎起大拇指稱讚林邊鄉蓮霧果然是水果中的珍品「黑珍珠」，從此林邊黑珍珠聲名大噪，至今不墜。

- (二) **枋山愛文芒果**：全台愛文芒果最早產季在枋山地區，枋山、獅子種植愛文芒果面積高達1500公頃，每年四到六月為盛產期。枋山地區愛文芒果品質優，且價格穩定，最受消費者青睞。枋山地區因地理環境特殊，背山面海，栽種愛文芒果受「海風」、「陽光」洗禮，其果肉纖維細緻，香氣濃郁，外型粒粒鮮紅，甜而多汁。為使其口感香甜，農民套袋使其自然成熟，強調「在穠黃」，因而有「蘋果穠」的別名。枋山地區愛文芒果產期早、品質佳、價格穩定、且口感特殊，媲美日本宮崎縣的「太陽之子」，因而有「太陽果」之稱，近年來外銷韓國、大陸、日本，成績非常亮眼。
- (三) **萬丹紅豆**：紅豆係第二期水稻收割後，約在雙十節前後，目前利用水稻收割前灌水後灑下紅豆，後以機器收割將水稻稻梗斬成小節覆蓋後即可，目前種植面積約九百公頃左右，也是全縣第一；紅豆主要用在甜食、點心上，除了內銷市場外，也外銷到日本，一般供糕餅業者製紅豆沙、紅豆餡、蜜紅豆；在冷飲方面也製成紅豆冰或紅豆湯，另外也供做羊羹及紅豆罐頭。
- (四) **高樹芋頭**：高樹鄉是國內芋頭栽培歷史最悠久、栽培面積最大的鄉鎮之一，也是南台灣最重要的產區。所產芋頭的品質不論在口感、風味及色澤上都獨具特色。高樹地區芋頭產期自每年二月份開始少量採收，直到五、六月份進入盛產期，此時生產的芋頭品質最好，無論口感或香味都達到最佳狀態。由於高樹鄉位於大武山下，水質甘美，所栽培的芋頭風味及口感有別於其他產地。該地區所產芋頭不僅質地綿密，鬆軟中稍微帶有黏性，烹調過程中不會很快糊掉，煮後仍然可以看得見完整的芋塊。雖然外觀看起來比較密實，但入口後鬆軟中帶一點「Q」，且沒有黏膩的感覺，這是其他地區的芋頭所無法達到的品質。另外，高樹鄉的芋頭煮熟後顏色較深、較鮮豔，這也是此地芋頭的一大特點。
- (五) **霧台南瓜**：南瓜品種約有100多種，為葫蘆科南瓜屬植物，別名金瓜、番瓜、桃南瓜、東瓜、飯瓜、八月瓜、窩瓜等，全年皆為產季，盛產期3月至10月，屏東、嘉義、雲林皆為南瓜產地。男性多吃南瓜籽，可保護攝護腺。而南瓜含豐富維生素A、維生素C、鉀、鈣

等營養素，吃南瓜對身體相當有益，但食用時也要適量，避免腹脹。挑選南瓜時，把握外型完整、有重量感、梗要新鮮、表皮無黑點。外皮深黃、質地輕的為老南瓜，澱粉含量高，較為鬆軟好吃。

(六) **新埤龍眼**：台灣龍眼一般產期在每年七月至十月之間，全國有一萬一千公頃生產面積；屏東則有七點三八公頃的生產面積，每年九到十月之間為採收期。

菜餚創作理念：

據說鎮殿媽祖是軟身媽祖，手腳身體都可以自由轉動，二次大戰期間，盟軍丟兩顆炸彈在媽祖廟街上，一顆炸燬廟旁火車站一帶；一顆未爆彈落在媽祖廟旁的市場邊，當時鎮殿媽祖的雙手是張開的，民間流傳是鎮殿媽祖顯靈接砲彈，仰賴神靈顯然庇佑，才使宮廟城內一帶沒有受到炸彈損傷。意指為在馬祖的神威庇佑下，祈福國泰民安，風調雨順，並也孕育出土地肥美、物產豐富的地方。

取蓮霧像似砲彈形狀，底部挖空後，填塞入當季水果沙拉丁，中央則以玻璃杯盛裝的八寶紅豆甜湯呈現，另將成品插進碎冰中，冰冰涼涼的水果甜湯，想必在熱情的南國中，定是清涼消暑又生津解渴的美味。

參考文獻

1. 中華人 nd
2. 張德麟 2003，3
3. 另見董芳苑 2003，61-4；史明 1992，31-2
4. 辜神徹，2006：49-51
5. 黃美英 1994