

五月端陽粽香傳情

早年家戶包粽應景式微 仍有少數農家堅持傳統

吳再欽

春節年糕、清明春捲、端午粽子、中秋月餅，是自古以來年節應景食品，月餅最早商品化，年糕、春捲亦跟進，現在家戶炊糰、包潤餅極少見，粽子雖也商品化，但端午節前夕，極少數農家仍沿襲傳統包粽子應景分享親友，甚至以傳統爐灶燒柴火煮粽，炊煙裊裊粽香傳情。

包粽煮粽工序繁瑣

老農說，包粽煮粽工序繁瑣，處處都是「眉角」，現代人想吃粽子直接購買就好，甚至冷凍宅配到家，何必辛苦自己動手呢，再過幾年可能就沒有家庭包粽子了。

每到端午節前，廚師劉金蓮都要包十幾串粽子，除了自己吃，更多是分送親友，劉金蓮說，她家三姊妹都會包，兩個兄嫂不會，也沒有意願學，侄甥晚輩更不用說了。劉金蓮的情況正是整個社會的縮影，古農村端午節家家戶戶包粽子的場景已不復見。

廚師劉金蓮的堅持

劉金蓮說，小時候農家普遍貧窮，無不期待年節趕快到來。她說，大人包粽子，小女孩會在旁邊練習，無不期待趕快包好下鍋煮粽，聞到粽香無不口水直流。

現在端午節仍在包粽子的家庭主婦大都是1960年前出生者，劉金蓮覺得包粽子也要看個人是否有興趣，像她當廚師的老公，很早就學會，夫妻倆每年端午節都要包12至15串分送親友。劉金蓮說，雖然現在買粽子非常方便，她們仍堅持每年包粽子當伴手



劉麗華是社區公認的包粽高手



維繫親情。「等到我無法包，你們就要去買了。」劉金蓮有些傷感地對親友們說。

粽子粗分為南部粽、北部粽、客家粽、原住民粽。食材粽型及粽葉略有不同。南部粽大都使用麻竹葉及月桃葉，北部粽一般使用桂竹葉。在粽型方面，原住民粽為長條型，與東南亞粽相似，其餘都是目前常見的粽型。

南部地區普遍使用月桃葉包粽

為什麼台南、高雄、屏東等南部地區普遍使用月桃葉包粽，研判是平地少種麻竹，而月桃只要門庭空地或田埂旁都可種植，會逐年擴展成一大叢，足以應付端午包粽所

- 左上 廚師王永順年輕時就學會包粽子
- 左下 包粽之前要清洗粽葉
- 右上 包粽都光是備料就得花很多時間
- 右中 用月桃葉包的粽子有股特殊風味
- 右下 煮粽也是一項技巧，常煮才能得心應手



需，種多的人還可以採到市場賣。農家自種的月桃多半缺乏管理，葉片短小包粽不方便，多數人還是購買專業栽培的月桃葉，目前以台東栽培最多。包粽達人劉麗華說，採下來的月桃葉先水煮約20分鐘殺青，除去濃烈的「臭青味」並使質地變軟，再撈出泡冷水擦去汙垢。竹葉處理方式與月桃葉相同，包法大同小異。

現代家庭少包粽子的原因很多，首先光是備料就很花工夫，糯米清洗泡軟，花生先煮熟，肉、香菇、紅蔥等配料也要熱炒爆香。除此外，包粽和煮粽不是一學就會，得不斷累積經驗，劉金蓮說，有興趣者精益求精成為高手，現在職業包粽人10秒鐘可以完成一個粽子，沒興趣的遇到挫折就放棄，所以不是年紀大的主婦都會包粽子。

包粽煮粽需要經驗累積

初學者包不出粽型，加上使力不當，下鍋後常出現「漏粽」，整個食材外漏在水中，或是發生台語所稱的「洩角」，就是粽角出現缺口，些許糯米外漏外觀不佳。也有人綁粽子功夫可以，也沒有洩角，拆開卻發現粽角的米沒有煮熟。劉金蓮說，同樣的食

- 左1 農村會煮粽的農婦不多，特別是用傳統爐灶
- 左2 煮粽需要大型鍋具，一般家庭沒有這種設備
- 左3 煮粽時用石頭壓著讓粽子不會浮出水面
- 左4 社區農婦將包好的粽子交給這位經驗豐富的阿婆煮粽
- 右 現在農村會包粽子者大都上了年紀



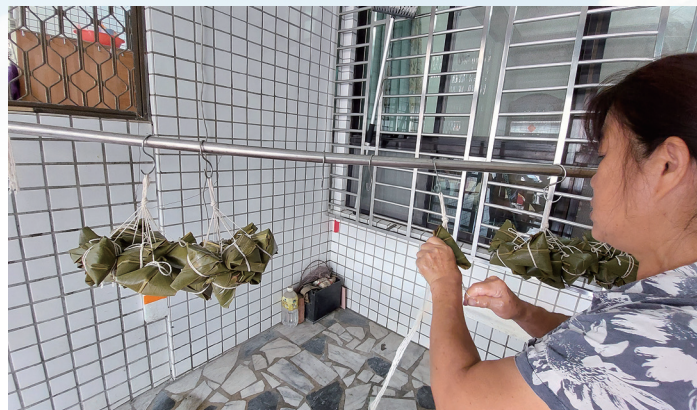
材、粽葉，經驗豐富者手法俐落，粽型漂亮緊實飽滿，加上煮法得當，粽子就是好吃。

談到煮粽，有數十年經驗的王永順說，粽角沒煮熟是因為粽子被沸水翻滾而讓粽角浮出水面。他示範如何煮粽，先把水煮沸，粽串再下鍋，再用一個不銹鋼網狀圓盤壓住粽串，上面用石頭壓住，使粽子不會浮出水面。

年輕人不學包粽

早年煮都用爐灶燒柴火，讓很多婦女打退堂鼓，因為火候很難掌控，新進門的媳婦光是生火就弄得灰頭土臉，還有漏粽、洩角及煮不熟的危險，乾脆說自己不會包粽子。而社會型態改變，也讓很年輕女性沒有學習機會。劉金蓮說，1960年後台灣輕工業起步，紡織、針織、成衣加工業興起，需要大批女性勞工，過去交通不便，許多勞工住宿舍，久久放假才回家一次，自然沒有機會學。隨著小家庭普遍，廚房也沒有適合煮粽的鍋具，王永順、劉金蓮夫妻是因為當廚師才有大鍋具。

劉麗華是社區公認的包粽高手，包粽煮粽的功夫一流，口味贏得親友讚賞，為人媳婦第一年就開始包粽迄今，家中就有煮粽用的大鍋具。在端午節包粽子時，會邀集朋友及鄰居老人來幫忙，大家都很樂意，因為一身好手藝得以發揮。一名坐輪椅的鄰居也想大展身手，因無法站立只能在一旁觀看，隨侍的東南亞外傭也躍躍欲試，她說家鄉包都是長條型，比起台灣粽容易多了。劉麗華煮好的粽子分送親友及來幫忙包粽的朋友，更特別為那名外傭包了兩個沒有加豬肉的「肉粽」，下鍋之前特別繫紅帶標記，大家感佩劉麗華愛心關注出外人。



右1 端午節前農婦割月桃葉準備包粽子
右2 端午節包粽子的家戶已非常少
右3 粽子已商品化，圖為某傳統市場的肉粽攤

瑪麗亞的鄉愁

該外傭來自印尼，2024年初才到台灣，她說，看到綁粽子更加想念家鄉，吃了兩個粽子，雖然口味不同，卻能稍解鄉愁。家住高雄岡山的蔡燕惠，嫁到日本廣島25年，幾乎每年都綁粽子，家人都要寄粽葉到日本，她用當地食材為佐料，煮好後分送社區鄰居，台僑和日本人都有，大家都讚不絕口。

也有農村主婦合資備買食材、粽葉大家



左 竹葉或月桃葉包粽子前必需煮過殺青

右 劉麗華要包給鄰居印尼外傭的粽子特別繫上紅帶標記



一起包，高姓農婦是召集人，負責備料及煮粽，她以磚頭築簡易爐灶燒柴火煮粽，鄰居都說用柴火煮粽的比較好吃，很多老農對此深信不疑，專挑用柴火煮的粽店買。早年柴火很難找，現在廢棄木料正愁没人要，一家粽店的老闆說，木材還沒燒完就有工廠又載來一車了。

專業粽廠應運而生

家戶端節包粽式微，但吃粽子並沒有隨著減少，粽子口味多樣化，可以冷藏蒸熱食用，很多家庭買來當備用餐點，不想煮飯或懶得出去買便當就蒸粽子食用，非常方便。喜歡爬山的鄭敦文醫師每次都帶粽子當餐點，方便又有飽足感。

端午節前少數愛心社團會召集志工包粽子慰勞貧苦及獨居老人，不過，隨著會包粽的志工減少，愛心團體還是得對外採購。由於消費量大，專業工廠應運而生，請來熟練的工人包粽，每天出貨，隨時開發新口味。規模較小的社區粽坊並非正式職業，而是社



區某人包的粽子特別好吃，就在端午節前預約購買，包粽人完成任務後明年再起爐灶。較大規模的粽坊很多是外燴廚師兼業，在台南地區頗有名氣的鄭勝忠，其幫廚的歐巴桑大都會包粽，各種大型廚具齊全，在辦外燴離峰時間包粽出售。他說，除了家庭食用外，地方公職人員選舉就是旺季，候選人的競選總部成立會以簡單的點心招待支持者，粽子的台語諧音「包中」，很多候選人喜歡訂購，一次就是好幾百個。鄭勝忠說，很多廟宇附設愛心會，每到端午節都會慰勞低收入戶或獨居老人，也會訂購大批粽子。

劉金蓮說，早年粽子只有豬肉爆紅蔥頭當佐料，大家就吃得津津有味了，也因此通稱肉粽。花生也是主要配料，可以與豬肉包在一起，也可以單獨包菜粽。隨著口味要求提高，香菇和鹹蛋黃也加入了，高價位的粽

子加入干貝、栗子等佐料，從每個五、六十元到兩三百元都有。

賣燒肉粽是古老行業

很多人以為粽店近幾年才有，其實是古老行業，已故台語歌王郭金發唱紅的「燒肉粽」，鮮活描述早年挑擔沿街賣肉粽的場景。

在各都會區很早就出現專業的肉粽店，每個縣市都有老粽店，例如台南百年老店「再發號」肉粽店，創立於1872年，除了遊客必點的八寶肉粽，其他口味也受消費者喜愛，在端午前更是一粽難求。

除了傳統佐料，也有以地方特色農產品入餡，例如盛產菱角的台南官田的ChaCha文化資產教育園區，在2024年的端午節前舉辦「端午拾米趣」，指導親子綁官田獨有的菱角粽。蓮花之鄉白河地區也有社團推出蓮子粽。雖然如此，多數人還是習慣傳統口味。

每逢端午節來臨，營養師都會呼籲吃粽子不要過量，因為熱量很高，也因為現代人普遍營養過剩怕胖，粽子有小型化的趨勢。 ■



左 職業粽人10秒鐘可以包一個粽子

右 劉麗華每年端午節前都會邀朋友來幫忙包粽子