

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：丁
科 別：
名 次：第二名
作 者：陳韋蓉
參賽標題：飲食料理的深情記憶
書籍 ISBN：9789576741920
中文書名：飲膳札記
原文書名：
書籍作者：林文月
出版單位：洪範書店有限公司
出版年月：1999 年 04 月
版 次：初版

一●相關書訊：

本書作者原本在讀研究所的最後一年，想為丈夫下廚，但初次嘗試的結果卻不甚理想。作者在書中也提到：「食而弗烹亦不知其道也。」在多方嘗試之後，終於煮出一番心得，也逐漸的把宴請的賓客名單、日期及菜色記在卡片上。作者會把招待客人的菜單及日期記錄起來的原因其實是為了避免在經常招待朋友小聚敘談中重複菜色，卻也在不知不覺中連帶把烹調和品嚐料理時所發生的事一同寫下來了。在本書中不僅可以看到作者詳細描述烹調的秘訣，更能看到隱藏在每一道料理中珍貴的回憶。

二●內容摘錄：

切椒鹽里脊肉的刀子，的確是要磨得銳利，也確實是薄一點的好使；但更重要的是「刀工」。後來我自己也經常下廚琢磨，才實際體會到這一層。冷肉結實緊密，用利刃輕切，一刀、復一刀，無須花費大力氣。連續一片片切去，其間似乎有韻律存在，而厚薄自能齊一，確乎奇妙。庖丁解牛，所謂「莫不中音、合於桑林之舞」或者並不完全是玄虛之說。(p.67)

三●我的觀點：

在如此方便的二十一世紀裡，多數人在宴請賓客時會選擇到餐廳。既有烹調好的料理，又不必煩惱之後收拾的工作，也省下不少時間。這種選擇雖然極為方便，但千篇一律的菜單卻喪失了「招待」的心意。透過林文月女士在本書中的深情描繪，我了解到：招待客人時，心意最為重要，料理才是其次。相信只要是主人盡了全力準備的餐點，客人都能欣然享用。而且在與客人聊天的過程中，若是聊到了餐點烹調的過程，說不定還能激發出更多情意共鳴呢！

現代社會中，因為雙薪家庭的增加，商店中微波及冷凍食品便逐漸增加，孩子也因為補習及課業的問題，逐漸習慣外食的生活。然而我小時候對家庭的記憶中，廚房裡的互動佔了很大的一部份。無論是幫忙切菜、洗碗，甚至是幫忙試味道，都更加深了我和母親的感情。國小時回到家便是一邊和媽媽聊學校所發生的事，一邊看媽媽煮菜。偶爾也會問一些烹飪上的問題，像「煎雞肉時

為什麼要從皮的部分開始煎呢？」和「烤箱為什麼要先預熱呢？」這類常識，都是從媽媽那裡得知的。我和母親也透過這一點一滴的互動，傳承了家族經驗與情意。

現今速食用餐的方式，的確使很多料理技巧的傳承和人與人之間的互動消失了，很多感動的機會也跟著不見了。以前的料理方式是跟家裡的長輩學，現在的人大多則是看食譜。無形之中，家的味道就逐漸的變調了。而享用剛出爐的美食更變成是奢侈的一件事。記得以前曾在外婆家吃過剛蒸好的年糕和蘿蔔糕，那滋味是市售品無法比擬的。而蒸好的年糕也被媽媽切片煎來享用。她邊煎邊和我述說在她小的時候，外婆也是如此煎給她吃的。我想一個家庭的歷史和親情就是這樣在不知不覺之中傳承下來的吧！

另外書中作者在「扣三絲湯」中，提到自己開始研究這一道料理的原因，是因為作者父親的描述才逐漸揣摩出這道料理的方式。我想這也是自己下廚的樂趣所在吧！經過嘗試和描述者的試吃，逐漸煮出一道菜也是一件有趣的事。還有在口蘑湯中，原本含有沙子的湯汁，因作者多加了一道手續將它過濾後，不僅喚起了品嚐者的思鄉之情，更展現出料理者的用心。烹飪就是這樣，任何一道菜餚都是在讓大家品嚐下廚的人的味道。即使材料都相同，火候和調味也會因人而異。

烹飪其實是經驗不斷的傳承和累積，需要不斷學習和自己多方嘗試。看完這本書之後我發現我也有與作者相同的經驗。從小父母就撇開小孩子動刀和開火很危險的觀念，教我從煎荷包蛋開始，掌握半熟和全熟的火候以及將蛋煎得焦酥的方法都是我們一起試驗的結果。後來幾次上餐廳的經驗，他們教我欣賞食材的搭配和調味的魅力，也讓我體會到不同廚師的風格其實會影響烹調出來的結果。直到現在，每次我自己準備餐點時也能嘗試不同的組合和添加不同的配料，這都像學習知識一般由淺入深，逐漸體會它的美妙之處。

看著作者細心的將烹調過程及食材處理的步驟一一列出，我覺得這在家庭料理傳承的過程中也是很重要的一个環節。雖然家庭料理不像餐廳將食材及調味料量化一般講究，但這樣正是媽媽的味道的獨特之處。就像我們家的菜餚因為媽媽隨興的烹調方式，很難再吃到一模一樣的味道，不過當吃到口味相仿的菜餚時我們也都會非常開心！當然，絕不一成不變正是家庭料理的樂趣所在，但如果能稍微記載烹調的過程以及其中較細微的步驟，相信對日後在回顧時能更容易煮出相近的味道。同樣的，現在也有越來越多標榜類似「眷村媽媽的味道」的食譜，相信這些料理者的本意也是想將自己家裡的味道繼續傳承並分享給更多人知道吧！

四●討論議題：

在如此方便的現代社會中，有許多需要繁複手續的料理都能在超商中買到半成品，或者直接網購，回家只需微波加熱即可食用。但家庭的凝聚力往往是在餐桌上、廚房中，邊互助合作邊聊天中形成。而這些都是微波食品所不能取代的。要抓住家人的心就得先抓住他們的胃，若身為一個家庭的經營者，你會

如何利用飲食增進家庭的互動呢？又要如何兼具現代的便利又能保留傳統為家人準備餐點的心意呢？應該如何兼具現代的便利，卻又能保留傳統家族情味呢？