

新住民食用香料植物運用初探——以印尼籍新住民為例

The Usage and Case Study of South East Asian Food Plants in Taiwan— Interview with New Immigrants from Indonesia

袁緒文 國立臺灣博物館 教育推廣組

Yuan, Emily Hsu-Wen Education Department, National Taiwan Museum

一、前言

人，對於原生地的味道與記憶，植物與香料的食用和運用，成為生命的重要成分。大約從1980年代開始，隨著全球化所帶來經濟型態的改變，陸續有許多從東南亞地區人民透過婚姻與工作的關係而來到臺灣，跟隨他們來到臺灣的是原生地的記憶。目前新住民與移工總計已超過70萬人，他們進入臺灣的同時，也將「家鄉」透過飲食的使用帶入了臺灣，東南亞香料與植物的使用也因此開始被引入臺灣。他們在臺灣進行家鄉植物的栽種與食用，不但是社交聚會時的主題，同時慰藉自己與在臺家鄉親友的心靈與味蕾，除了可解思鄉之苦並將其進一步以商業化行為(例如：印尼商店、印尼小吃店)造福更多的家鄉同胞。他們帶入的不只是植物，更是多元文化的展現。當東南亞籍新住民與移工朋友抵達臺灣之後，他們帶著獨特的東南亞香料植物在臺灣開始一段奇妙的味覺探索之旅，另外，當他們看到相同的家鄉植物與香料在臺灣的使用與家鄉非常不同時，心中也產生相當大的衝擊。透過本次的訪談與文獻探討，除了認識東南亞新住民與移工進入臺灣的簡史，也透過東南亞植物在飲食上的使用來認識香料植物遷移的歷史。透過訪談與歷史文獻的整理，我們將更認識並包容在臺灣島上發生的多元文化。

「...『對...就是這個味道。』老闆微笑地說。原來我失去的兩瓶蝦醬辣椒都被老闆拿去。老闆跟我說對不起，他不知道那辣椒醬是我做的。太太也因上次不理解而罵我感到抱歉。我覺得真是好笑的經驗，蝦醬辣椒對我印象很深刻，永遠難忘。『蝦醬辣椒是印尼人獨特辣椒醬，雖然味道不好聞但很好吃，尤其我做的辣椒醬』我笑著自我稱讚。現在沒有人阻止我料理辣椒醬或煮印尼菜，我的兩位老闆，他們也越來越好奇印尼的文化，現在他們也喜歡印尼食物，例如：巴東牛肉、素託湯(soto)¹、牛肉丸，還有他們最愛的蝦餅...」

—SITI ROMDIYANAH, 2015

(2015第十五屆外勞詩文比賽散文組優勝獎得主)

來自東南亞的新住民與移工在臺灣的總數，截至2015年7月底已有約100萬的人口²。近年來有關新住民與移工的生活適應與各面向的研究與討論已經從早期較有排斥與面對「外來者」的態度，逐漸轉為「都是一家人」、「接納多元」、「不用出國就可認識東南亞」等敞開心胸與包容的方式面對。甚至，近年來許多以東南亞烹飪為主的體驗式演講、課程等陸續興起³，東南亞的飲食在新住民和移工之間從被迫隱藏以及僅限於群體間的互動到成為可對大眾分享與教育的課題。筆者所服務的國立臺灣博物館，於2015



圖1 民眾在臺博館活動中體驗越南美食。

年開始辦理「探訪臺博後花園」開放博物館後方平臺區並進行東南亞文化交流活動⁴，除了東南亞音樂與文學之外，最受民眾歡迎的就是東南亞美食體驗活動，不論是印尼與越南的飲食體驗攤位(圖1)，原本預計需要5小時結束的活動，通常都會在3小時內結束，因為食品已被索取一空。

筆者從與許多新住民接觸的過程中得知，當新住民因為國際婚姻剛進入臺灣家庭時，常被要求要盡快適應臺灣生活並扛起一家大小的飲食重任，通常會先隱藏對家鄉食物的想念而以臺灣家庭的口味為主。隨著逐漸適應臺灣的生活，以及無法壓抑對家鄉的想念，同時也可能因為交友圈擴充(新住民團體的聚會)，她們會適時地使用不同策略來滿足對於家鄉傳統味道的思念之情。本文將先透過文獻探討了解東南亞香料的歷史，簡述從大航海時代開始的海上貿易、殖民歷史與戰爭等歷史文獻，了解17世紀即開始的香料植物遷徙及印尼和臺灣在海上貿易中各項香料與植物的相互流動與往來。接著探討1980年代因應全球化經濟蔓延與跨國婚姻興起，從東南亞因為工作與婚姻關係來到臺灣的移民與移工所面臨的

處境，也因為思鄉之情而將家鄉的香料植物帶入臺灣，透過香料的製作、煮食以及與同鄉的聚餐和分享，緩解了離鄉背井的鄉愁。最後透過訪談在臺印尼籍新住民與移工，更深入了解香料植物在印尼與臺灣之間的遷移、替代和轉換以及在香料植物的使用上可能產生的各種有趣又真實生活經驗與分享。

當印尼的炙熱島嶼與多元文化觸碰到臺灣的亞熱帶文化時，其中必定會產生相當大的衝擊。再加上語言的不通，必定會在兩者之間造成許多的適應問題。通常本土的主流文化自然會以強者姿態要求移入者摒棄其固有文化，此在人類生活中，排外形式皆然，飲食此一文化樣貌，當無法自免於外(洪嘉敏2009)。在尋找家鄉味道的過程中，早期印尼商店尚未普及時，印尼籍新住民與移工會嘗試用各種方式將家鄉的香料與食材帶入臺灣。但從近十年開始，街上已經到處可見林立的印尼商店，以臺北車站周邊為例，臺北市北平西路，一條幽靜小巷內，就擠滿了數家的印尼飲食商店，臺北車站地下街在靠近北門捷運站的區域更是有更多的印尼飲食餐廳(圖2)，加上臺灣中南部地區已有多家公司團體或個人



圖2 臺北車站地下街有許多東南亞飲食餐廳

¹ 素託湯(Soto): Soto湯在印尼泛指以多種香料燉煮而成之湯頭加豐富配料的菜餚，可以選擇主菜為雞肉(Ayam)或是牛肉(Daging Sapi)。Soto湯內主要加入熬煮的香料植物有香茅、檸檬葉、紅蔥頭、蒜頭、南薑、薑、胡椒、石栗與鹽，全部一起弄成泥。先把牛或雞肉煮快熟之後，才把香料(用一點油先炒一炒到香味跑出來)一起放下去，再煮10-15分鐘就完成了(廖小姐口述，本次受訪者)。

² 截至2015年7月止，以婚姻移入之新住民總人數為51萬6,519人，其中東南亞外籍配偶人數已達16萬8,416人，越南籍最多(9萬4,970人、占18.39%)，其次為印尼籍(2萬8,883人、占5.59%)。同時，截至2015年7月止，在臺移工人數為60萬3,109人，其中以印尼籍移工最多，達23萬8,521人，其次依序為越南籍(17萬6,277人)、菲律賓籍(13萬3,577人)及泰國籍(5萬7,558人)。

³ 於1994年成立的「南洋臺灣姐妹會」(<http://tasat.org.tw/>)該會從2014年開始以「餐桌上的家鄉為主題」並邀請在臺新住民姐妹擔任主講人，辦理一系列的烹飪體驗課程(<https://www.flyingv.cc/profile/122581>)，並邀請新住民親自帶領參與民眾一起使用家鄉食材做出真實的(authentic)東南亞料理。到2016年3月底總共辦理了兩季共10堂的課程。近年來，全國各地社區大學、文化中心與各新住民相關機構都會辦理美食課程，不但提供臺灣民眾第一線接觸與認識東南亞美食，也是新住民朋友很重要的聚會交流場所。

⁴ 國立臺灣博物館，教育活動查詢：<http://event.culture.tw/NTM/portal/Registration/C0103MAction?actId=50055>

進行相關栽種，針對目前四處林立的東南亞餐廳所需供應充足的香料與食材，使現在香料食材的取得相當便利。近年來因為辛香料使用的頻繁與民間廠商的加入，許多原本需要以新鮮香料調配磨製的食材，都已經有料理包的生產，例如：在前文印尼移工所提到的素託湯(Soto)或是拉翁湯(Rawon⁵)，現在甚至可在臺灣直接買到料理包(表一)，料理包內的香料已依照比例調配妥當，直接使用即可。但對許多印尼新住民來說，料理包仍有新鮮度以及人工添加物等問題，還是希望能選用新鮮食材最好。

34 本次主要針對印尼香料植物在臺灣運用的情形，將探討印尼在臺新住民與移工最常使用的香料與植物種類及使用情形，並探討印尼當地香料與植物在臺灣是否也有種植，如果沒有種植的情況下，臺灣有無可替代的植物或香料等相關問題。

本文期待在臺灣一窩蜂瘋迷東南亞美食的同時，能透過香料植物的訪談認識身邊每位印尼新住民和移工的遷移歷史，呈現出更豐富與深度的東南亞面貌。

二、東南亞香料植物的歷史—香料需求與歐洲大航海時期

西方的殖民勢力約在16-17世紀開始進入東南亞地區(李盈慧, 2008)。我們東方人很難想像歐洲人曾經表現出的那種對香料的瘋狂渴求，自從羅馬人在旅行和政爭中破天荒第一遭嚐到那辛辣而芳香、酸澀而清爽的調味品後，歐洲的廚房和酒廠就一直惦念這種妙不可言的小東西(陳怡2015)⁶。從古早開始，香料即有著重要的地位也被視為神秘東方的一部分。在古代，香料可以用於巫術儀式、咒語、

淨化、防腐、化妝、香水、治療、甚至毒藥。此外也可用於烹飪、食物貯存和調味。到了中世紀，香料已經成為非常貴重的交易品。在13世紀時人們相信，肉桂、薑和其他香料來自天堂，順尼羅河漂向下游。漁民在河中撒網捕撈這些芳香的產物(顧淑馨譯2013:62-63)。在15世紀，香料是歐洲富裕家庭食品櫃中不可或缺的食材—在沒有冰箱的年代，香料可防止肉類腐敗並且掩蓋其臭味⁷。當時歐洲最受歡迎的香料包含胡椒、肉桂、豆蔻核仁、丁香等(表二)。

在眾多文獻資料的爬梳過程中，東南亞香料被發掘與歐洲的大航海時期密不可分。當時的西方人相信有東印度群島⁸(也稱「香料群島」)存在，且其中蘊含大量的利益，英國於1600年成立「英屬東印度公司」並且深入掌控印度和鄰近亞洲地區的香料貿易，這間由英國伊莉莎白一世女王頒與特許狀成立的公

表一：素託湯Soto與拉翁湯Rawon湯簡要對照說明表：

名稱	素託湯(Soto)	拉翁湯(Rawon)
湯色	黃色(主要來自薑黃)	黑色(主要來自印尼黑果)
使用香料	薑黃、香茅、檸檬葉(馬蜂橙葉)、紅蔥頭、蒜頭、南薑、薑、胡椒、豆芽菜、石栗與鹽等。	印尼黑果、薑黃、芫荽籽、蔥、紅蔥頭、胡椒等。
搭配的肉類食材	以雞肉為主。	以牛肉為主，有些爪哇地區使用羊肉，原則可以個人喜好為主。另外，印尼黑果可搭配其他香料製作有名的娘惹菜「黑果悶雞」。

資料彙整：袁緒文

表二：十七世紀在歐洲最受歡迎的香料種類一覽表

名稱	說明
肉桂	原產於斯里蘭卡，而近似的桂皮則產於中國和緬甸，不僅可用於調味，還可用於化妝、醫療、膏油、香氛等。
肉豆蔻	原產自印度尼西亞的班達海諸島。
丁香	原產自印度尼西亞的摩鹿加群島(印度尼西亞南部，又稱香料群島)。
胡椒	原產自印度，透過英國、荷蘭與法國東印度公司的海路運送到歐洲各地。

彙整：袁緒文

⁵ 拉翁湯(Rawon)是以印尼黑果為基底，通常放入牛肉，也就是印尼的牛肉湯。除可當湯喝，也可淋在白飯上食用，會因為個人或地區香料使用習慣之不同而有不同作法。(資料來源：維基百科<https://en.wikipedia.org/wiki/Rawon>)

⁶ 陳怡主編，2015，《一帶一路東南亞智慧》，臺北：天蠟座出版

⁷ 譚家諭(譯)(2015) p.37。《印尼Etc.: 眾神遺落的珍珠》(原作者: Elizabeth Pisani「Indonesia Etc.: Exploring the Improbable Nation」)

司，其經營時間長達200年，並深入掌控印度鄰近地區與中國的各項貿易事務(包含後來的鴉片販賣與隨之引起的鴉片戰爭)。17世紀的海上霸主是荷蘭，荷蘭於1602年成立「荷屬東印度公司」並壟斷印度尼西亞地區全面的香料市場。

由於早在古埃及時，亞洲的香料便在歐洲(西方)廣為人知；歐洲人深知香料貿易是當時所有貿易領域中具有最高利潤的項目，因此，派遣探險隊去尋求更好的價格，成為當時歐洲強權們的戰略常態。1519年，葡萄牙探險家麥哲倫率船隊遠征，主要目的是開闢由西方通向香料群島的航線。16世紀開始，歐洲各國捨棄陸路的貿易路線，開始進行海上的探險與貿易，為了與當時的亞洲各國進行香料貿易，紛紛成立的東印度公司(表三)。雖然當時歐洲其他國家也成立東印度公司，其中就屬英國、荷蘭與法國等3家東印度公司最有規模，也開啟了殖民歷史，到了1620年代，荷、英兩國在香料貿易上已大致取代葡萄牙。當時與印尼地區香料貿易最有關係的，相當深入且具有實質掌控的就屬「荷屬東印度公司」。在《最噲的貿易史：小小胡椒，打造世界經濟版圖》一書中甚至以完整的一章節「荷蘭人恐怖統治」(顧淑馨譯，原著：Marjorie Shaffer, 2013)來描述荷蘭人佔領印尼時的獨霸與極盡掠奪的歷史。

三、香料的定義

香料，又名辛香料或香辛料，是一些經過曬乾或烘乾的植物之種子、果實、根、或樹皮，所做成的調味料總稱，例如胡椒、丁香、肉桂、肉豆蔻和芫荽等⁹。辛香料主要是被用於為食物增加香味，部分香料甚至保留其原本的營養成分，可提供食用者豐

⁸ 東印度群島(亦稱香料群島)是公元十五世紀前後歐洲國家對東南亞盛產香料的島嶼的泛名。它說明了當時歐洲人對東方香料的渴求，也是導致大航海時代(地理大發現)的一個直接原因。資料來源：<http://www.twiki.com/wiki/%E6%9D%B1%E5%8D%B0%E5%BA%A6%E7%BE%A4%E5%B3%B6>

富的養分，例如薑黃。有些香料在尚未處理完成前含有毒性，必須經過浸泡與處理(例如：印尼黑果¹⁰)，於前文所提到之「拉翁湯Rawon」主要食材)後才能使用於料理，或廣為熟悉的磨粉後使用(例如：黃薑、芫荽籽、胡椒等)。用於香料的植物有的還可用於醫藥、宗教、化妝或香氛等用途，因此香料很少單獨使用，大部分以數種或數十種成份調和構成，例如印尼咖哩粉調製會因為地區文化與習慣口味的不同而有不同的香料成分搭配，又如印尼特有

表三：十七世紀各國東印度公司大事簡歷表

名稱/起訖年	年代及重要事件
英屬東印度公司(1600-1874)	1.1600年12月31日由女皇伊莉莎白一世授權成立。 2.1680年代建立武裝力量並逐年擴張。 3.1689年控制印度地區的貿易與軍事權。 4.18世紀，英國和中國的貿易逆差巨大，因此在1773年，該公司在孟加拉取得了鴉片貿易的獨佔權後，並開始將鴉片輸入中國。 5.1840年鴉片戰爭，中國割讓香港給英國。東印度公司將其影響擴張到中國、菲律賓和爪哇島。 6.1757年到1857年持續的有印度民族起義抗爭，該公司更加強於對印度各方面的掌控。 7.1857年印度民族起義後，該公司將印度當地管理事務交付英國政府，使得印度成為英國的一個直轄殖民地。 8.1860年該公司將所有在印度的財產交付英國政府後公司僅幫助政府從事茶葉貿易。 9.1874年1月1日承接以上，因為該公司在印度地區的業務告一段落，因此解散。
荷屬東印度公司(1602—1799)	1.1602成立：為向亞洲發展而成立的特許公司 2.1619：在爪哇的巴達維亞(今印尼的雅加達)建立了總部，其他的據點設立在東印度群島、香料群島上。 3.1669年時，荷屬東印度公司已是世界上最富有的私人公司是第一家可以自組備兵、發行貨幣的公司，也是第一家股份有限公司，並被獲准與其他國家訂立正式的條約，並對該地實行殖民與統治的權力。 4.1624佔領臺灣並於今日的臺南市安平區設立據點，建立臺灣史上第一個外來統治政權。佔領臺灣的期間由1624年至1662年，直到被明鄭延平王鄭成功打敗為止。 5.1704-1755年：歷經第一到第三次的爪哇戰爭 6.1780年-1784年荷蘭與英國之間持續進行戰爭 7.1799年12月31日宣布解散。由於國內對於亞洲貨品的需求量大減，導致荷屬東印度公司的經濟出現危機並解散，所有財產與殖民地管轄權全部歸回國(荷蘭)有。 8.1945年8月17日：印尼經過四年與荷蘭的戰爭，最後脫離荷蘭成為獨立的國家。
法屬東印度公司(1664-1769)	1.1664成立，主要目的為向英國和荷蘭爭奪在印度殖民地的勢力。 2.1670-1680年代：因法荷戰爭失利，公司規模大幅縮減。 3.1690-1700年代大部分時間，公司因為在海上直接面對英荷海船的大肆搜捕與掠奪，營利額持續低落。 4.1713年因為法荷戰爭結束，公司重新恢復生機。 5.1715-1723年的奧爾良公爵主政法國的時期，獲得迅猛的發展與開創，足以跟印度的荷蘭人及英國人對抗。 6.1769被法國官方接收管理，但很快地就以破產收場。

彙整：袁緒文

⁹ 維基百科網站「香辛料」搜尋，搜尋日期：2015.08.15° <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%A6%99%E8%BE%9B%E6%96%99>

的佳木水(Jamu)，是一種用印尼草本植物熬煮的傳統藥飲，主要材料為薑黃，煮水後呈現黃色，通常在大街小巷中由婦人背著竹籃販售，籃內裝滿一瓶瓶的黃色佳木水針對不同的療效也有不同的成分，通常以治療感冒為主，其最主要的材料之一就是薑黃。

有時，香料也指製造香味用的材料，例如丁香在印尼大部分被磨粉後使用於香菸之中吸食(《印尼Etc.: 眾神遺落的珍珠》，譚家瑜譯，2015)。因此凡是純天然或人造的、合成的物質，在正常溫度的大氣中，以氣體、粉末、蒸氣等型態，能夠刺激人們的嗅覺與味覺器官而引起快感的均可稱做香料；或任何動植物本身具有香氣成分，可供藥材或作為食品調味的烹飪材料，也可稱為香料。香料的香味多半非常強烈，可分為幽香、清香、銳香、甘香、酸性香等(吳鑑勳2012)。另外，國立臺灣大學農藝系教授黃文達博士(2008)於通識教育課堂中表示：「香料的定義區分為香料植物與香草植物。其中香料植物我們可以拆成辛香料和芳香料。辛香料(Spice Herbs)包含胡椒、八角，像臺灣宜蘭很有名的蔥蒜，不僅當作佳餚亦蓋成蔥蒜屋...等平常接觸到的；芳香料就是我們常說的香草植物(Herb Plants)如薰衣草、迷迭香...等種類很多。...為了香料植物在英文上的定義，學術界經過一番討論後定為Spice and Aromatic Plants，而不僅是Aromatic Herbs。」

四、在臺之印尼香料植物種類

根據洪嘉敏(2009)針對〈東南亞移民女性來臺後在家庭內飲食習慣之變化〉一文中所提：印尼常見辛香料有以下：南薑、黃薑、羅望子、月桂葉、肉

表四：印尼新住民在臺常用之植物列表

名稱(括弧內為印尼文)	簡介與相關文獻
薑黃(KUNYIT) 學名: <i>Curcuma longa</i> 英文: Turmeric	薑黃/黃薑內涵豐富的薑黃素(curcumin)，具有消炎保健的效果，通常是將其根莖磨粉後用於咖哩之中，為南洋料理中重要的成分。薑黃在東南亞與臺灣原住民的文化中也是重要的染色植物。
番鬱金/沙薑(KENCUR) 學名: <i>Kaempferia galangal</i> 英文: Aromatic ginger/Sand ginger	沙薑原產印度和南洋一帶，在印尼，多使用於烹飪，特別是用於爪哇與峇里島美食。在爪哇島風行的草本飲品佳木水中，沙薑也是重要的材料之一。沙薑在東南亞普遍種植，很容易在野外找到它的身影。
南薑(LENGKUAS) 學名: <i>Alpinia officinarum</i> 英文: Galangal	高良薑又稱良薑、南薑、藍薑，為東南亞與廣東料理常用之香料植物，同時也屬藥用植物。
丁香(CENGKEH) 學名: <i>Syzygium aromaticum</i> 英文: Clove	丁香原產於印尼，雖然也作為食材使用，但在印尼主要作為香菸的原料。到2005年，印尼生產的丁香已占世界總產量的80%。
印尼黑果(KELUAK) 學名: <i>Pangium edule</i> 英文: (查無英文，通常使用印尼文keluak或馬來文kepayang稱之)	印尼黑果 ¹⁷ 主產地在印尼、馬來西亞與巴布亞紐幾內亞。印尼黑果含有豐富的維他命C和鐵。使用上多以煮湯為主，通常整顆入菜，不需要磨粉後再使用。
肉豆蔻(PALA) 學名: <i>Myristica fragrans</i> 英文: Nutmeg	主產於馬來西亞、印尼、斯里蘭卡等地，在中國的廣東、廣西、雲南亦有栽培。為印尼主要的香料食材，通常磨粉後入菜。肉豆蔻是大航海時期非常搶手的香料，掌握肉豆蔻來源的商人以及擁有肉豆蔻的貴族，代表了財富、身分與地位的象徵。 ¹²
芫荽籽(KETUMBAR) 學名: <i>Coriandrum sativum</i> 英文: Coriander	芫荽是歷史悠久的植物，早在西元前五千年的埃及就開始使用，亦可作藥用。全株植物皆可食用，但在印尼一般只使用其曬乾的種子磨粉後入菜。在中國、臺灣與越南則是使用新鮮的芫荽嫩葉為主。 ¹³
孜然(JINTEN) 學名: <i>Cuminum cyminum</i> 英文: Cumin	孜然又稱小茴香，原產自地中海東部與北非一帶。小茴香不僅歷史悠久，也有很高的藥用價值。主要用於調味、提取香精油等，風味獨特且富有油性，氣味芳香而濃烈，小茴香也是配製咖哩的主要原料之一。 ¹⁴

桂、辣椒、椰子、檸檬葉、酸橙葉、胡椒、椰奶、丁香、豆蔻、香茅、八角、咖哩、Daun Salam(沙蘭葉)、Ketumbar(芫荽)、Kemiri(石栗)。本研究為印尼植物在臺灣使用的初探，針對五位訪談對象進行印尼植物與香料等在臺灣使用的情形調查，表四將彙整並簡介新住民口述在臺常使用之香料植物種類。

五、新住民與移工在臺生活適應的文獻探討

自1997年起，各學術領域開始有研究者陸續投入新移民範疇相關研究(李明堂、黃玉幸 2008; 洪嘉敏引述2009)。在有關新住民與移工在臺的生活適

肉桂(KAYU MANIS) 學名: <i>Cinnamomum cassia</i> 英文: Cinnamon	為常綠喬木，產於中國南方與東南亞地區。植物各部位如樹皮、枝、葉、果、花梗都可提取芳香油或肉桂油。 ¹⁵
石栗(KEMIRI) 學名: <i>Aleurites moluccana</i> 英文: Candle nuts	核果經常使用在印尼和馬來西亞美食中，印尼的爪哇島用它來做吃蔬菜和大米時所搭配的濃郁醬料。含油量高，油份被用作治療頭髮脫落、皮膚硬繃和便秘。 ¹⁶
羅望子(ASAM JAWA) 學名: <i>Tamarindus indica</i> 英文: Tamarind	原產於非洲，印度、斯里蘭卡和東南亞各國等熱帶地區均有栽培。 ¹⁷ 中南半島各國到印尼都可見羅望子的使用。
香蘭葉(PANDAN) 學名: <i>Pandanus amaryllifolius</i> 英文: Pandan leave	又名七葉蘭、斑蘭葉、香林投、碧血樹，為東南亞料理與糕點常用之天然染色材料。 ¹⁸
沙蘭葉(DAUN ¹⁹ SALAM) 學名: <i>Syzygium polyanthum</i> 英文: Salam Leaves	沙蘭葉又稱印尼月桂葉，主要生長在印尼，印尼以外之地區較少見，常用於烹飪肉類。 ²⁰ 外型類似月桂葉，味道則像咖哩葉。
馬蜂橙葉(DAUN JERUK) 學名: <i>Citrus hystrix</i> 英文: Kaffir Lime	馬蜂橙從印度、尼泊爾延伸到東南亞地區都可見其生長。馬蜂橙葉大部分使用於料理中，果皮有獨特的清香，因此可榨油並製作香水類產品。
香茅(SEREH) 學名: <i>Cymbopogon citratus</i> 英文: Lemon Grass	香茅，是東南亞重要的食用植物之一，通常是生吃或入菜。在東南亞多使用新鮮香茅，現在因為臺灣新住民的需求，臺灣也有大量種植。香茅葉在東南亞地區除了烹飪時使用之外，也可洗淨後泡茶飲用。 ²¹
臭豆(JENGKOL) 學名: <i>Archidendron pauciflorum</i> 英文: Djenkol /Jering	常見於東南亞泰國、馬來西亞、緬甸以及印尼的飲食中。臭豆可用於炒、煮、烤，甚至生吃，本身具有強烈的味道。臺灣目前尚無引進種植，但在新北市中和區華新街(緬甸街)的市場攤位上偶爾可發現其身影。 ²²
美麗球花豆(PETAJ) 學名: <i>Parkia speciosa</i> 英文: Bitter bean/Stink bean	是一種屬於豆科球花豆屬的木本植物。豆莢長扁形，豆莢裡面有亮綠色的豆子，豆子具有特殊的味道。食用方式為蒸、烤與生吃。臺灣目前尚無引進種植，但仍可在印尼或東南亞商店購得。 ²³
倪藤(MELINJO) 學名: <i>Gnetum gnemon</i> 英文: Belinjo/kuliat/padi oats	倪藤的果子與嫩葉均可食用。果子在印尼為點心植物餅(Emping)的原料；嫩葉的部分在東南亞地區普遍為可入菜的植物之一。 ²⁴

製表與彙整：袁緒文

應的探討中，「飲食文化與適應」永遠是相關研究的項目之一。在新住民的生活適應研究中，探討的主題均是以「調整」、「適應」、「希望被接納」等面向之討論；在移工飲食習慣的探討，則著重在「聚集」、「習慣」、「需求被滿足」作為切入點。2009年之後針對「新住民與移工的飲食文化適應」議題，洪嘉敏〈東南亞移民女性來臺後在家庭內飲食習慣之變化〉(2009)認為在家庭型態與主從秩序內，移民女性的原鄉飲食展現多是受到限制的；然而隨著來臺時間的推展，移民女性除漸漸習慣臺灣味外，其家鄉菜展露

的次數與時機也隨之增加。新移民女性總會找到適當的時機，來滿足對於家鄉味的渴望，並從流浪且須依賴別人的人逐漸成為能夠獨立自主；朱甯玲〈鄉愁專賣店：東南亞商品專賣店在臺行銷通路之研究〉(2010)中認為臺灣的東南亞商品市場是小眾市場，顧客族群都是東南亞移工與新住民，他們的消費需求並非一般臺灣零售市場所能滿足，遂促成了東南亞專賣店的崛起，使得在臺移工與新住民得以享有更便利的生活；洪珮瑜〈族群產業與網絡：以印尼商店為例〉(2011)觀察到在印尼商店的產業中，隨著時代背景的變遷，已從舊式的傳統經營，轉變為新型態的連鎖店；而印尼商店的主要經營者則自1960~1980年的印尼客籍華人，到1980~2000年印尼籍華人，轉變至2000年之後的印尼移工，而能以更多元化的經營面向服務更多面向的印尼客群。

六、尋找家鄉的味道—印尼香料植物在臺使用的情形初探

香料植物經新住民與移工攜帶進入臺灣使用與種植後，近10年已經非常普遍可見。本研究從5位印尼籍新住民的訪談中得知，大約在20年前，印尼香料與植物的取得仍相當不易，當時她們透過親友協助，逐步將各種香料植物帶入臺灣以解思鄉之情。近年，香料植物不但在臺灣中南部已經普遍被種植，也因為東南亞等異國料理餐廳崛起，使市場需求增加，連帶著香料供應商也因此增加且貨源充足。本次受訪者之一的楊女士，本身即在臺灣經營印尼餐館達20多年，見證了印尼香料植物從早期必須請託他人協助帶入，到現今可直接向供應商購

¹⁰ 維基百科網站「印尼黑果(Keluck)」搜尋，搜尋日期:2015.08.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Pangium_edule
¹¹ 維基百科網站搜尋「Pangium edule」，搜尋日期:2015.08.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Pangium_edule
¹² 藥用植物圖像資料庫(香港浸會大學中醫藥學院)搜尋「肉豆蔻」，搜尋日期2015.11.20 http://libproject.hkbu.edu.hk/was40/detail?lang=ch&channelid=1288&searchword=herb_id=D01351
¹³ 張惠芬(2013)。菜市場蔬菜圖鑑。臺北:天下文化。p.164

¹⁴ 維基百科網站「Cuminum cyminum(孜然)」搜尋，搜尋日期:2015.12.15。https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%B0%8F%E8%8C%B4%E9%A6%99
¹⁵ 藥用植物圖像資料庫(香港浸會大學中醫藥學院)搜尋「肉桂」，搜尋日期2015.11.20 http://libproject.hkbu.edu.hk/was40/detail?lang=ch&channelid=1288&searchword=herb_id=D00314
¹⁶ 維基百科網站「Aleurites moluccana(石栗)」搜尋，搜尋日期:2015.12.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Aleurites_moluccana

¹⁷ 維基百科網站「羅望子」搜尋，搜尋日期:2015.08.15。https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%85%B8%E8%B1%86
¹⁸ 維基百科網站「香蘭葉」搜尋，搜尋日期:2015.08.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Pandanus_amarillifolius
¹⁹ DAUN為印尼文「菓子」的意思(受訪者:丁小姐)。
²⁰ 維基百科網站搜尋「DAUN SALAM」，搜尋日期:2015.08.15。https://id.wikipedia.org/wiki/Salam_(tumbuhan)

²¹ 維基百科網站搜尋「SEREH」，搜尋日期:2015.08.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Cymbopogon_citratus
²² 維基百科網站「臭豆/JENGKOL」搜尋，搜尋日期:2015.12.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Archidendron_pauciflorum
²³ 維基百科網站「美麗球花豆」搜尋，搜尋日期:2015.12.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Parkia_speciosa
²⁴ 維基百科網站搜尋「倪藤」，搜尋日期:2015.08.15。https://en.wikipedia.org/wiki/Gnetum_gnemon

買，過程中可見東南亞香料與植物在臺受歡迎程度的增加。本文為東南亞香料植物在臺使用情形的初步探討，並著重於印尼香料植物在臺灣使用狀況，訪談人物以臺北市與新北市的新住民為主，目的是期望初步了解印尼香料與植物在臺灣的使用情形，未來並將以此份報告為基礎，擴大訪談的地區(桃園、臺中、高雄)以及訪談的對象(印尼小吃店經營者、印尼移工)，以期待可以獲得更完整與全面的印尼植物在臺使用之研究。

本次訪談總計5位印尼籍新住民女性，在臺停留時間均超過10年以上，身分包含印尼之華僑與本國人，宗教從基督教、佛教到回教，也有因為隨著夫家而改信佛教；由於居住臺灣已經超過10年以上，目前都有專職的工作，有在公家單位擔任通譯人員、有在電臺為新住民與移工權益發聲並積極參與各種新住民活動與聚會。她們有著共同的目標，就是要生活得豐富，透過參與各式各樣活動以鼓勵更多的新住民姊妹融入臺灣社會，能以自身的印尼文化為驕傲，而香料與飲食文化就是她們身為印尼人的驕傲之一。

我們印尼的香料非常多元，講都講不完，當年的荷蘭人就是為了香料貿易統治我們三百多年，你就知道香料有多棒了。

(張小姐; 本次受訪者)

七、印尼爪哇島香料植物的應用

「印尼的料理都是從天然的植物調配出來的，包含根莖類的使用，雖然很複雜，但只要調理調配得當，就可以煮出非常地道的印尼料理。」

(楊女士; 本次受訪者)



圖3 薑黃/黃薑[KUNYIT]

在尚未與印尼新住民接觸與討論植物的使用之前，「薑黃」、「香茅葉」、「檸檬草」、「七葉蘭(香蘭葉/斑蘭葉)」等都是大家耳熟能詳的東南亞植物，但是僅限於知道可入菜，或是所謂的「香料」之用。但香料與植物在印尼的使用千變萬化，因為印尼幅員廣大，光是爪哇島就分為東爪哇、中爪哇與西爪哇三大區塊，這三個區塊在香料與植物的使用上相當不同，再加上個人的習慣，使用上又有更多差異，本文針對5位不同背景的印尼新住民朋友進行訪談，無法涵蓋所有細節，僅初步呈現印尼植物在臺灣與家鄉(印尼)的使用及相關的應用情形。以下介紹香料植物之中文名稱後的外文名稱均為印尼語稱呼。

本次5位受訪的印尼籍女性均來自爪哇島，不論他們來自何種區域，在討論「薑黃(KUNYIT)」時一定都會提到「佳木(JAMU)」，佳木水是一種用印尼傳統植物熬煮的傳統藥材，最基本的配料就是黃薑加羅望子。印尼爪哇族的女子就獨佔了佳木水的銷路，不論走到哪，幾乎都可以看到。

黃薑(圖3)算是一種非常好的東西，像是我們吃的咖哩都是靠黃薑。黃薑也有天然的消炎效果，古時候在印度都是用黃薑作防腐作用的，像我的母親早年從大陸移民到南洋(印尼)，她也不太看西醫，反正身體哪裡不舒服就吃甚麼東西來舒緩醫治。只要流鼻涕感冒都是以黃薑為主要的藥材，通常使用羅望子加黃薑加冰糖，就是一杯很好的治感冒的佳木水，那是我媽媽的仙藥，去痰的效果非常好。

(楊女士; 本次受訪者)

薑黃在臺灣因為市場的需求(不論是新住民在飲食上的需求或是臺灣商人的炒作)，已經非常普遍，到處可見商

業種植，甚至很多人也會在家中種植。通常在印尼料理的使用中，是將新鮮薑黃磨泥之後與其他香料搭配使用。在印尼的料理中，到處可見到薑黃的蹤影。

臺灣的咖哩味道不是很夠的時候，我就會上頂樓拿一塊自己種的薑黃，磨泥後加入咖哩一起使用，這樣的味道就對啦!

(張小姐; 本次受訪者)

本次受訪的楊女士表示印尼有一種吃沙薑(圖4)方式，是搭配白米，(印尼人)身體不舒服的時候，將白米浸泡磨碎成米漿狀(並非將白米蒸熟)，加沙薑一起磨，之後再放入蜂蜜，成為繁複多樣的佳木水中的一種(印尼文稱為Beras Kencur)。

印尼對於薑類的使用，通常是以磨泥後與其他的香料調配，一起入菜或料理，薑類也是印尼傳統藥飲佳木水的重要原料，相對於臺灣使用薑的習慣很不一樣。

我們的薑都是磨成泥後加入料理中或湯品中或者是泡水喝，這樣才能完全的吃到薑的營養，臺灣都是把薑切成一片片的煮菜(或湯)，可是這樣就沒辦法把薑吃下去，就吃不到薑的營養了。

(廖小姐; 本次受訪者)

佳木水【JAMU】是爪哇地區獨特的藥材飲品，最主要的基底材料就是薑黃，因此在街上看到的瓶瓶



圖4 沙薑[KENCUR]



圖5 南薑[LENGKUAS]

罐罐的佳木水大部分是黃色或橘黃色等，搭配不同的植物例如羅望子、孜然、肉桂等，就會有不同的療效。印尼沒有所謂的全民健保，因此佳木水是重要的保健飲品。在印尼爪哇島上，當大家身體有任何不舒服，或是需要保養、保健時，會去自己最信任的佳木水商店，除了成人使用之外，也會讓孩子們飲用，甚至鄉村的農夫也會讓其牛隻飲用佳木水。

佳木水喔，我們都是去印尼的草藥房，跟老闆說我這裡不舒服、那裡不舒服，這時候老闆就會一邊照著你說的(身體不舒服的狀況)一邊調配佳木的內容，通常老闆調配了之後，你就當場在藥房喝完，就有效果了。

(廖小姐; 本次受訪者)

可能因為5位受訪者都是女性，在談到薑黃與佳木水的時候，大家不約而同提到加了薑黃與羅望子的佳木水對於女性身體的保養功效。尤其印尼女性在坐月子的時候，也會調配佳木水飲品作為保養。

丁香【CENGKEH】

丁香在印尼最主要是做為香菸的材料，丁香菸在印尼就如臺灣的長壽菸一樣普遍。印尼當地人認為丁香可以止痛，具有療效，因此當地人會把丁香煉成油，抹在胸口

表六: 來自印尼雅加達的佳木水中，常用香料材與功效表

名稱	保健功效
薑黃	排毒，減緩夜間睡眠時的打鼾問題，減緩生理期間的經痛與異味。
高良薑	減緩暈船與喉嚨痛。歌手常服用含有高良薑的佳木水，可保持聲帶維持在很好的表演狀態。
薑	可排毒淨化身體，減緩晨間嘔吐的狀況，增加體溫並改進血液循環。
沙薑	身體不舒服時可用沙薑與泡過水的白米一起研磨後加入蜂蜜飲用。
香茅葉	可增加身體的靈活性，減緩牙齦流血的狀況並可驅趕蚊蟲。
羅望子	可增進腸道蠕動並增加皮膚柔軟度。

資料來源：<http://travel.cnn.com/explorations/drink/power-jamu-gods-350690/>
翻譯整理：袁緒文

上。後來開始用丁香和菸葉曬乾，剁碎後包在煙裡面抽，有特別的風味並且會發出喀紫喀紫(Keretek)的聲音，因此印尼文稱丁香菸為Rokok(印尼文：菸) Keretek，抽丁香菸的時候，會噴出小小的火花掉到身上把衣服燒出一個小小洞，這種菸是會令人上癮的。

(楊女士；本次受訪者)

在印尼，丁香的價格非常高，因此加了丁香的料理或糕點，其售價也水漲船高，例如印尼鳳梨酥(NASTAR)加入丁香與未加的售價就有天壤之別。

40 印尼人喜歡使用丁香油，驅風油之類的物品中也會加入丁香成分，因為丁香有舒緩與鎮定的作用。在臺灣，丁香是以磨粉後少量加入食材中作為提味使用。因為丁香樹栽種不易，在臺灣的丁香均以乾燥型態出現。使用在料理肉類或湯類的時候，加入一點點的丁香就可以有非常不一樣的味道。但也因為個人喜好的關係，本次訪談的5位新住民之中，就有1位幾乎不接觸丁香。

印尼黑果 【KELUAK】、肉豆蔻 【PALA】

東爪哇 Madura²⁵ 島是印尼黑果的主要產地，需要多年才能生成，其樹非常高大，在臺灣只能看見果實的使用。因進口少且在飲食上與各香料的調配程序繁複，為了讓出門在外的印尼人能最快速享用以印尼黑果為基底的拉翁湯(RAWON)，其料理湯包成為使用最多的方式。一鍋拉翁湯(RAWON)(印尼牛肉湯)只需要一到兩顆印尼黑果，就可使湯



圖6 丁香(CENGKEH)

品顏色變黑而口味道地。根據訪談得知，印尼黑果屬於東爪哇地區的專屬美食。來自中爪哇的受訪者丁小姐表示她完全不使用此食材，因為成長過程中較少接觸，所以也吃不習慣。

肉豆蔻在印尼則是相當普遍的香料食材，且生的肉豆蔻經過醃漬可作為點心食用(張小姐；本次受訪者)，但在臺灣種植不易，來到臺灣之後的肉豆蔻幾乎都已經是磨成粉狀使用。

芫荽籽【KETUMBAR】、孜然【JINTEN】、肉桂【KAYU MANIS】

芫荽籽和孜然都是磨粉後與其他香料搭配著使用，尤其芫荽籽需要乾炒過再磨粉，味道更明顯。臺灣大部分是使用芫荽(香菜)的生嫩葉子，在印尼料理中則是使用芫荽籽。孜然也用於料理，前文所提的佳木水，針對感冒療效的需求時可搭配加入。印尼在肉桂的使用上分為少量的磨粉提味以及小段的入湯熬煮或者是降低肉腥。印尼人對於臺灣的「孜然烤肉」或「孜然羊肉串」等灑滿孜然的用法以及大量使用肉桂粉於飲品和甜點中，覺得相當不可思議。因為印尼人使用孜



圖7 印尼黑果(KELUAK)



圖8 肉豆蔻(PALA)



圖9 芫荽籽(KETUMBAR)



圖10 孜然(Jinten)

然與肉桂這兩種香料，僅只提味與提香，並不大量地使用於一道菜中。

石栗【KEMIRI】、羅望子【ASAM JAWA】

臺灣人很喜歡用味精，但味精不是天然的，我們在印尼使用石栗，就和味精有一樣的效果。

(張小姐；本次受訪者)

石栗(圖12)具有很多油脂，在料理上會取其使用。印尼人還有特殊的使用方式，就是使用石栗油脂保養頭髮，在臺灣的印尼人部分也保留了這樣的習慣。我們常可見到在臺灣的印尼姊妹們有一頭烏黑亮麗的秀髮，她們表示就是因為使用石栗油脂進行保養的效果。石栗在印尼飲食中也會使用於炸物裹粉，很受印尼人喜愛的炸蔬菜餅(BAKWAN)所用的裹粉材料中就含有石栗。

一般是放在麵粉中，混合大蒜、石栗、胡椒還有鹽巴，加上紅蘿蔔、高麗菜、豆芽菜，放在麵粉裡面加水一起炸成蔬菜餅(Bakwan)，但這道菜在不同地方有不同的名字。

(丁小姐；本次受訪者)



圖11 肉桂(Kayu Manis)



圖12 石栗(Kemiri)



圖13 羅望子(Asam Jawa)

羅望子(圖13)在東南亞是普遍可見的植物，而且近年來在臺灣也可見到羅望子樹，在新北市的新店慈濟醫院大門口旁即有數棵。根據訪談得知，在越南與泰國都有生產羅望子，與印尼所生產的比較起來較甜，緬甸甚至有羅望子裹砂糖販賣的零嘴「酸子砂糖」。羅望子的印尼文為ASAMJAWA，聽起來像是中文的「阿三」，如果馬來西亞或是印尼的華人口中說出「阿三水」這個名詞，通常是指羅望子汁泡水並準備作為飲食相關使用。羅望子在印尼也可做為佳木的材料²⁶。印尼種植的羅望子比較酸，很適合做為去腥味的材料。

因為我是回教徒，不能喝酒，因此我們不用米酒做菜，如果我需要用米酒做菜或者是去腥味，就會使用羅望子泥抹在魚或蝦上，這樣煮起來就非常好吃。

(Dewi；本次受訪者)

香蘭葉【SEREH】、沙蘭葉【DAUN SALAM】、馬蜂橙葉【DAUN JERUK】、香茅【JERUK】

大部分印尼香料植物都是使用新鮮的根莖類，磨泥後依照個人喜好進行比例調配。本段落的4種葉子，則是直接原形入菜。較細嫩的香蘭葉(圖14)可搭配白米飯一起烹煮，完成後散發清新迷人味道；較「粗壯」的沙蘭葉則可打成汁液作為印尼甜點的染料使用。以染色的功用來說，印尼人也會使用SUJI(印尼語)的葉子作為染色植物，但在臺灣似乎完全沒聽過這樣的葉子。

香茅(圖17)是印尼人在臺飲食所使用植物的大宗。沙蘭葉(圖15)和馬蜂橙葉(圖16)在臺灣取得不易，除非自行於家中種植，常是以乾燥的葉子型



圖14 香蘭葉(Pandan)

²⁵ Madura為東爪哇地區東北方的島嶼。資料來源：https://en.wikipedia.org/wiki/Madura_Island

²⁶ 羅望子也會加在佳木水中，搭配由印尼的棕櫚樹(Palm Tree)製作的黑糖(Gula Aren:印尼的黑糖，和臺灣的黑糖成分不一樣，用量很大，在煮菜也會加入)。(Dewi:本次的受訪者)



圖15 沙蘭葉 (Daun Salam)



圖16 馬蜂橙葉 (Daun Jeruk)



圖17 香茅 (Sereh)

態出現，無須磨碎且整片入菜，料理後仍保有香味。在臺灣找不到沙蘭葉使用時，會使用月桂葉 (BAY LEAVE) 替代，但無法呈現一模一樣的味道。

美麗球花豆【PETAI】、臭豆【JENGKOL】、倪藤【MELINJO】

臭豆(圖19)與美麗球花豆(圖18)因為豆子本身有濃郁的臭味，且吃完以後的排泄物也仍會保有相當的臭味，因此印尼人都稱呼這兩種豆子為臭豆。根據訪談，此二種臭豆對於腸胃不適的問題有很好的功效，當有腸胃不舒服的問題時，會以多吃PETAI和JENGKOL的方式來解決(廖小姐，本次受訪者)。



圖18 美麗球花豆 (Petai)



圖19 臭豆 (Jengkol)

另外，倪藤(圖20)的果子是蔬菜餅 (Emping) 的重要材料，通常是將果子磨碎製成餅狀並曬

乾(圖21)，然後油炸(圖22)，這種餅和平日看到印尼朋友也很愛食用的蝦餅不一樣，蔬菜餅 (Emping) 多是搭配印尼特有的GADO GADO沙拉一起食用。

八、家鄉味的臺灣新落腳

印尼家庭在做菜的時候，因為香料種類非常多，一樣的菜會因為每個人對於香料的喜好不同，而調配出不同比例，同樣一道菜，這家媽媽和隔壁家媽媽做出來的味道會因此相當不同，這就是我們印尼菜最特別的地方。

(張小姐；本次受訪者)

印尼香料植物種類繁複多樣，且在當地相當便宜而隨手可得，甚至常是在路邊可見到的野生植栽，但在臺灣因少見加上商人誇大療效，常會因炒作價格飆漲，需待普遍種植容易取得後，價格才會下滑。對於印尼人來說，無法理解香料植物的炒作以及價格漲跌問題，因為香料植物就是家鄉記憶與情感的連結。在訪談進行期間，印尼新住民所分享的購買與使用香料植物的經驗，很多都是在印尼期間的記憶，通常筆者需提醒或者再三確認到底是在印尼或是在臺灣發生的經驗。

每次訪談都似乎陪著他們走回印尼的家鄉，經歷家鄉的回憶，再回到臺灣。幸運的是，這5



圖20 倪藤 (Melinjo)



圖21 曬乾後生的蔬菜餅 (Emping)



圖22 油炸後的蔬菜餅 (Emping)

位受訪者的臺灣家人並沒有不適應印尼料理的問題，相反的，家人都非常接受這些風格獨特的東南亞料理。

回教徒不能吃豬肉，還有一些其他食物的禁忌，要煮給婆婆吃的時候，如果他們不習慣，再換一種煮就好了，印尼的食物種類那麼多，好吃的東西也很多啊。

(Dewi；本次受訪者)

九、結語

印尼籍新住民帶入臺灣的香料與植物的運用，因為地區不同，而有不同使用。從本次初步的訪談中得知，爪哇島不同地區而來的新住民會有使用不同植物的情形，例如印尼黑果使用以東爪哇地區為主。在本次的訪談中也得知部分印尼傳統的植物與香料在臺灣相當少見，因此找不到相對應的中文；另種情形是，同一植物名稱在印尼不同的地區有不同的意思，例如Bakwan在東爪哇是指蔬菜餅，但在西爪哇則指牛肉丸之類的食品。因此當筆者從某位印尼朋友處得知一個新的食物名稱，以這個「新發現」去詢問另一位印尼朋友時，常常會出現雞同鴨講的情形。

除了薑黃、香蘭葉、香茅和胡椒等普遍可見或是已被大量進口種植的香料植物之外，部分植物在臺灣已慢慢被種植，像羅旺果樹。北臺灣因為緯度氣候的關係，較不適合部分香料植物生長，因此較多種植於南臺灣。同時，如印尼黑果、石栗、丁香、印尼人愛吃的臭豆 (PETAI和JENGKOL) 等獨特的植物仍需仰賴進口。

豐富多元的印尼爪哇香料植物跟新住民一起來臺灣，透過族群之間的飲食交換，以及近期東南亞

飲食風行，新移民鄉愁已不再是被壓抑的味蕾，而是受歡迎且被期待的珍味。筆者從小在臺灣長大習以為常的各種飲食習慣(例如麻油雞坐月子、米酒去腥味等)，透過訪談才發現在印尼新住民眼中是多麼的無法理解與接受。族群之間的美食經驗，透過香料植物的分享、傳遞、適應與改變，族群間的隔閡正逐漸消失中，就從現在開始，走進臺灣的印尼生活圈，深刻地認識來自印尼爪哇島豐富多元的香料植物和動人的遷移故事。

參考文獻

中文書目：

1. 「拍永康街美食 印尼移工獲影音首獎」。臺灣醒報：2015年08月16日 <https://www.anntw.com/articles/20150816-MBUW>
 2. 譚家諭(譯)(2015)。印尼Etc.: 眾神遺落的珍珠(原作者: Elizabeth Pisani「Indonesia Etc.: Exploring the Improbable Nation」)臺北: 聯經。
 3. 湯錦臺(2011)。大航海時代的臺灣。臺北: 如果、大雁。
 4. 戴寶村(2011)。臺灣的海洋歷史文化。臺北: 玉山。
 5. 顧淑馨(譯)(2013)。最噏的貿易史: 小小胡椒打造世界經濟版圖。(原作者: Marjorie Shaffer)
 6. 李盈慧、王宏仁、林開忠、陳佩修、龔宜君、李美賢、嚴智宏(2008)。東南亞概論: 臺灣的視角。臺北: 五南。
 7. 陳怡(2015)。一帶一路東南亞智慧。新北市: 新潮社。
 8. 韓良憶(譯)(2012)。食物的歷史。(原作者: Felipe Fernandez-Armesto)。新北市: 左岸文化。
 9. 宋鎮照、魏攻娟主編(2007)。臺灣與東南亞之歷史、社會和文化研究。臺北: 五南。
 10. 張惠芬(2013)。菜市場蔬菜圖鑑。臺北: 天下文化。
 11. 夏曉鵬(2010)〈全球化下臺灣的移民/移工問題〉。於瞿海源、張芷雲主編《臺灣的社會問題》(第二版)，頁350-387。臺北: 巨流圖書。
- 期刊論文：
12. 洪嘉敏(2009)。東南亞移民女性來臺後在家庭內飲食習慣之變化。國立暨南國際大學東南亞研究所碩士論文，南投。
 13. 楊明惠(2009)。新移民族群社會行動模式之研究—南洋姐妹會的考察。東吳大學社會工作學系碩士論文，臺北。
- 網路資源：
14. 南洋臺灣姊妹會網站。網址：<http://www.tasat.org.tw>
 15. 社團法人臺灣外籍勞動者發展協會。網址：<http://www.gwo.tw/>
 16. 維基百科。網址：<https://zh.wikipedia.org>
 17. 國立臺灣博物館「教育活動查詢」。網址：<http://event.culture.tw/NTM/portal/Registration/C0103MAction?actId=50055>

附錄一 受訪對象基本資料一覽表

受訪者	省分	來臺時間	家庭型態
丁安妮	中爪哇三寶壟	2001	與先生小孩同住
楊麗雲	東爪哇瑪琅	1974	在臺北市經營印尼餐廳「磐石坊」，與家人同住 (http://satehouse.eatingout.com.tw/menu.asp)
廖轉遇	東爪哇泗水	2000	與先生小孩同住
Kartika Dewi	西爪哇萬隆	1994	與先生小孩同住
張慧芳	西爪哇雅加達	1996	與先生小孩同住