

國立臺灣博物館

105 年自行研究計畫報告

「南洋味，家鄉味」-東南亞植物在臺運用

半島東南亞(越南、泰國、柬埔寨、緬甸)及島嶼東南亞(印尼、菲律賓)等在臺新住民植物使用初探與訪談成果彙整

撰寫人：袁緒文

職 稱：研究助理

單 位：國立臺灣博物館 教育推廣組

日 期：105 年 12 月 31 日

項目
第一章、緣起
第二章、文獻探討 從歷史角度（包括歐洲殖民時期），了解東南亞的飲食變化與特色形成，從中看到東南亞不同地區，香料與植物彼此間的傳播影響。 一、南洋在哪裡？ 島嶼及半島東南亞 二、婆娑之洋來與去，大航海時期香料角逐
第三章、研究動機 餐桌是世界舞台小劇場
第四章、研究方式
第五章、訪談成果
<p>一、 故鄉與媽媽的味道</p> <p>1-1. 越南餐桌（鮮蝦春捲/黃薑煎餅/酸魚湯）</p> <p>1-2. 柬埔寨餐桌（東式蒸玉米點心/香茅魚湯米線/）</p> <p>1-3. 緬甸餐桌(梅干扣肉/緬甸醃茶/緬甸魚麵)</p> <p>1-4. 泰國餐桌(泰式打拋豬/泰式酸辣湯/涼拌青木瓜)</p> <p>1-5. 印尼餐桌（薑黃飯/GADO GADO/蔬菜餅）</p>
<p>二、 東南亞植物與香料的使用綜整</p> <p>2-1. 植物：</p> <p>薑/打拋/刺芫荽/芫荽/蕹菜(空心菜)/水合歡/香蕉花/椰子/印尼黑果/倪藤/臭豆/美麗球花豆/泰國綠圓茄/香蕉葉(芭蕉葉)</p> <p>2-1-1. 東南亞的粽子</p> <p>2-1-2. 薑不同:黃薑/高良薑/南薑/薑</p> <p>2-1-3. 特殊味道的印尼臭豆與緬甸臭豆</p> <p>2-1-4. 辣得要命:辣椒/胡椒/泰國綠圓茄</p>

2-2. 染色植物：

薑黃/香蘭葉/蝶豆花/木鱉子/胭脂子

2-3. 香料小舖：

丁香、肉荳蔻、胡椒、花椒、辣椒、香茅、馬蜂橙葉、石栗、薑黃、肉桂、芫荽籽

2-4. 醬料：咖哩/魚露/蝦醬/魚醬(柬埔寨)

2-4-1 咖哩是甚麼？Masala 綜合醬料的多元組合

2-4-2 魚露魚醬蝦醬差別在哪裡？

第六章、結語-融合在臺灣

第七章、參考文獻

第一章：緣起

從 1990 年代開始，許多從東南亞地區的新住民與移工透過婚姻與工作的關係而來到臺灣，跟隨他們的是濃厚的鄉愁。隨著國內東南亞人口比例的逐年升高—外籍勞工、跨國婚姻、新國民第二代成長等，再加上原有泰式餐廳的不斷演進，滇緬雲泰美食街聚集，至今越來越多招牌寫著越南美食、印尼小吃的店舖開張，臺灣的飲食光譜，正呈現前所未有的繽紛多元。截至 105 年 12 月底在臺新住民與移工總人數已達到近 75 萬人，而新二代的人數也已近 35 萬人。

國立臺灣博物館近年來基於對「文化平權」的實踐，並且體認臺灣已有越來越多之新住民融入生活及文化，遂積極展開各項新住民服務計畫，本館從 2007 年開始逐步邀請新住民家庭和團體走進博物館參觀，並同時製作東南亞語等導覽摺頁，並於 2014 透過新住民文化大使的招募，開啟新住民以母語認識博物館的第一步，並與許多夥伴單位，共同辦理如新住民文學獎、影音獎、收書站，以及各種東南亞文化體驗的臺博後花園等活動，透過各項活動的辦理，增加新住民文化參與機會，並進一步增加臺灣及新住民文化之交流。而東南亞飲食的最大特色就是香料與植物的使用，新住民朋友們透過家鄉飲食的交流，達到思鄉的滿足與獲得更多生命動力。東南亞的香料與植物的使用，都有著豐富飽滿的色彩以及強烈的味道。筆者已於 2015 年之自行研究計畫完成第一階段「印尼新住民在臺使用家鄉香

料植物」之初步訪談與調查，並將內容發表於（該次發表於台博季刊之登錄）之中，第二階段將從原本的島嶼東南亞（印尼爪哇島）轉向至半島東南亞（包含越南、新加坡、泰國、緬甸等區域）探討新住民植物的使用以其在臺灣可見之使用情形與變化，本次研究案中第五章第一節將以各國特色菜色作為訪談成果之呈現，並於第二節歸納出植物種類與使用情形。本計畫預計透過最平易近人的「食」為主題，串起臺灣與新住民母國之連結，促進文化間的更多理解與融合。本次研究案也從飲食版圖與香料圈的角度切入異鄉植物的世界，透過歷史發展到個人生命經驗訪談的紀錄與綜整，試圖理解人們在飲食上各種的付出，是如何用味覺與家鄉重新聯繫，而呈現出臺灣今日五色十味的飲食樣貌。「博物館」在族群相互認識的過程中搭建了相當重要的「橋梁」的角色，未來透過本研究案所發展出來博物館內之展示，讓族群在彼此認識的過程中能更加順利並達到多元文化的教育的功能。

第二章：研究動機-因為遷移所帶入臺灣的文化多樣性

餐桌這個小型的大劇場，是上演著經過漫長歲月形成的世界飲食交流史的舞台，也是反映出地球現狀與未來人類社會的明鏡。每日眾多的食材與料理被端上餐桌，藉此不斷地以最日常的方式上演著全世界人類的軌跡。日復一日在餐桌上出現的食材與料理，背後接隱藏著肉眼看不見的移動空間或履歷的變化。當觀點改變的時候，餐桌也能銳變成猶如神奇的「小型大

劇場」，若能察覺不能言語的食材，料理其實蘊含著豐富的歷史，相信日常生活也能散發出更加不同的色彩。

第三章：研究方法

本研究採用深度訪談法（in-depth interview），是質化研究中經常採行的資料蒐集方法之一，主要是利用訪談者與受訪者之間的口語交談，達到意見交換與建構，是一種單獨的、個人的互動方式，受訪者藉由訪談的過程與內容，發覺、分析出受訪者的動機、信念、態度、作法與看法等。此研究方法是一種訪談者與受訪者雙方面對面的社會互動過程，訪問資料正是社會互動的產物（畢恆達，1996；李美華、孔祥明、林嘉娟、王婷玉譯，1998；袁方編，2002）。本次研究的主題，是透過深度訪談法，尋找出隨著移民身分進入臺灣社會後，透過飲食、香料、植物等運用，找尋家鄉的記憶。新住民與移工對於遷移過程時的各種感受與記憶，本身就是最重要的載體，透過深度訪談，有利蒐集個人特定經驗的過程、動機和情感、態度等資料。研究者可藉由長時間的訪問，讓受訪者深入談出問題核心，藉由對事件的敘述與描繪，使問題與答案不經意浮現。

本系列為針對個人經驗所規劃的各項研究，若不是透過深度訪談的過程，而是以問卷等量化調查的方式進行研究，受訪者將因缺乏對事件的專注描述，而很難提供出真實（Authentic）的答案，也導致研究者無法深入了解情況。

然而深度訪談法可能會有相對的問題，因東南亞各國幅員廣大，區域特性鮮明，各國無法僅訪談一位人士代表全國的狀況，例如越南在北、中、南越就有口音、飲食習慣上及植物使用上的不同，像是泰國則從泰北到東部，最後到泰國南部，在飲食習慣上都會有相當大的差別。同時，泰國是全世界重要的稻米出產國，在泰國境內，針對稻米種植因季節氣候不同、地理位置不同，也因此產生種類繁複的稻米種類。以受訪者對於植物認識及中文與母語轉換時的掌控程度不同，加上每位受訪者的個人經驗也相當不同，會造成可能無法有組織地透過訪問陳述出來。為彌補此一局限，研究者將先擬定訪問大綱，因應不同時間來到臺灣以及個人獨特的經驗、以及來自的城市的布農，彈性調整詢問與追問，同時在進行訪談前，會先了解受訪者的背景、個性與在母國與臺灣雙邊的家庭狀況，研究者更應先詳讀其母國與其來自的城市的歷史文化背景與現況，同時透過與受訪者身邊的親朋好友或工作夥伴的認識，必定可以更多元的方式認識受訪者，以利研究者在訪談過程中能藉由對談的感受與交流，觀察出一些語言無法傳達的面貌。

第四章：文獻探討

第一節：東南亞在哪裡？島嶼及半島東南亞

東南亞是亞洲的一個地區，由中國以南、印度以東、新幾內亞以西與澳洲以北的國家組成。東南亞分為兩個區域，分別為半島東南亞（連結大陸區域），包括柬埔寨、寮國、緬甸、泰國、越南與馬來半島；和島嶼東南亞，大致為馬來群島，包括汶萊、東馬來西亞、東帝汶、印度尼西亞、菲律賓與新加坡。不過，東南亞國家往往也被西方學者和傳媒納入東亞的範圍。東南亞地處板塊交界，地震與火山活動頻繁。而臺灣在歷史文化上則因臺灣原住民與菲律賓、印尼等其他東南亞國家同屬南島語系；地理上則位處東北亞與東南亞交接的東亞島弧中心位置，因此有時會被視為東南亞的一部分。在東南亞這裡具有多元的宗教，這個區域中可發現佛教與伊斯蘭教、基督教、印度教以及佛教。1967年8月6日印尼、馬來西亞、新加坡、菲律賓、泰國五國外長在曼谷舉行會議，於8月8日發表了《曼谷宣言》，為「東南亞國家協會」¹十國組織正式成立，即「東協」（ASEAN）組織（圖：東協10國之範圍，地圖中藍色處）。

¹ 東南亞國家協會 Association of Southeast Asian Countries(ASEAN) ，網頁：<http://asean.org/>



第二節：婆娑之洋來與去：近代華人大遷徙與大航海時期香料角逐

在筆者第一期的研究報告中已敘明大航海時期的香料角逐競爭以及歐洲國家在進出現今東南亞區域時所帶進帶出的香料植物²。從鄭和下西洋時期其甚至更早開始的華人遷徙的行為，也將香料與植物的運用在此區域進行最大的交流與融合。為了逃避災禍，歷史以來幾波華人進到南洋，十五到十七世紀大航海時期，南洋一躍而成世界舞台，歐洲殖民國家除掠奪原居民擁有的香料及礦產，還從中國及印度等地引進大量勞工，移入其他地區的熱帶作物，乃至各別日常習慣及所信仰宗教，就這麼來自四面八方的飲食文化，在南洋這個大熔爐裡火熱碰撞，使得現在的南洋，不僅只種族複雜，飲食上更是豐富多元(黃啟瑞，2016)。

² 臺灣博物季刊，2016年12月。

中南半島及遍佈南太平洋、印度洋總數超過二萬的島嶼群，位於世界航線的輻輳之地，自古即有南島民族的舟楫遷徙，而中國不時發生的兵燹災禍，也將華人推入這片南疆之域——波濤洶湧、暗礁險惡、動輒噴發的火山，這些都未曾澆熄人們求生和繁衍的意志。此外，流傳自中東或南亞的伊斯蘭及印度宗教，則是歷史以來為了經商或是逃避迫害，以移民或經文典籍交錯的形式一波波傳入，幾百年過往，信仰及血緣在不同的條件下交融，漸衍生為新的人種及文化，南洋區域的分歧多元，實在很難以簡單的段落完成相關描述。

十五世紀末，航海時期序幕展開，葡萄牙艦隊率先發難，西班牙、荷蘭、法國、英國緊隨其後，角逐香料（胡椒、丁香、肉豆蔻、肉桂）、礦產及熱帶作物（橡膠樹）結果，南洋首當其衝，人們從此身陷槍砲戰亂威脅，各國政權強力殖民結果，埋下往後社會動盪的隱憂，而其原本的文化根底，更在潛移默化下徹底重組與交換。

亞洲地區幾次的大規模人群移動顯而可見，實際上不同流向的小移動更是多如繁星，移入東南亞各國的華人除有福建人、潮州人，廣東人以及一大群的客家人，他們在東南亞地區入境隨俗但也堅持保有華人的語言和習俗，華人帶入東南亞的語言對該區甚至全世界的語言的融入和混搭也有相當大的貢獻。全球化資本主義的腳步，促使貨幣經貿帶來更徹底的變動，人們遠赴他鄉甚至是異國，跨國勞工及婚姻現象，所衍生種種適應，臺灣也

是區域重要的一份子，並在以上各項的歷史階段擔任重要的商業貿易與移民的據點之一，因此在全球大遷移的議題下，臺灣與東南亞地區的人民與政府也正面對的新的文化課題。

第三節：現有東南亞飲食文化相關研究與社群活動之彙整

從 1990 開始進入臺灣的東南亞籍配偶，因為飲食不被婆家接受以及對家鄉的想念「那時，南洋台灣姊妹會尚未正式成立，前身「外籍新娘識字班」創立於 1995 年，班上的南洋姊妹們常在坐落於三合院一角的聚會所上課、聊天，大家最鍾愛的空間就是廚房，只要一有機會，她們就帶著各種東南亞食材，將傳統客家夥房（三合院）的大廚房搖身一變為南洋美食街，吃喝談笑，開心得像是回到娘家過年。」³（夏曉鶯，2017）南洋臺灣姐妹會於 2017 年彙整從 2014-2015 所辦理的「餐桌上的家鄉」系列活動，透過東南亞姊妹們的家鄉飲食分享課程與深入的訪談及南洋重要歷史文化知識的彙整後進行專書出版，為近年來努力奔走新住民在臺生活權利並張羅對於家鄉味堅持的東南亞新住民做了完整的紀錄。也正如筆者在第一期的自行研究計畫中提到，新住民所帶入的東南亞飲食從 1990 年代開始因為臺灣社會對其不熟悉因而產生排斥與抗拒，經過逐年增加的東南亞餐廳與

³ 夏曉鶯：餐桌上的家鄉——我們都曾是異鄉人(2017)。天下雜誌/獨立評論/夏曉鶯：天下獨立評論/札根與跨界專欄：<http://opinion.cw.com.tw/blog/profile/65/article/5251>

商店的推波助瀾，加上近年來的東南亞飲食熱潮，在近年已是臺灣社會主動接納並推廣與發展的主題，相關展示與書籍也推陳出新。筆者於2015年開始筆者進行有關東南亞新住民在臺灣的飲食與植物使用的訪談中可得知，近年來新住民姊妹所遇到飲食與文化上被排斥的情形已大幅降低，取而代之的是家人與親友的支持與鼓勵，並加上通訊軟體的發達，姊妹們之間的聯繫更快速便捷。同時各地方政府的持續以公部門辦理認識東南亞系列活動，讓東南亞的移民工朋友們可以更自信的展示家鄉味並同時介紹母國的文化與歷史。

第五章：訪談成果

在本章第一節將針對印尼越南柬埔寨泰國緬甸與菲律賓等六國在臺之新住民與移工朋友的訪談成果，彙整並列出以上六個國家各三道具代表性的家鄉料理（其中包含一到節慶使用的菜餚），並會於第二小節中將所有使用的各項植物做一彙整的表格。本章節中透過國家與植物的交叉分類與比較，可一窺東南亞民生食用植物在其母國與臺灣使用上的豐富多元與遷移過程中的微妙變化。

第一節：故鄉與媽媽的味道：

本節將從與大陸連結的東南亞區域到半島東南亞，從越南開始，向西方經過柬埔寨、泰國再進入緬甸，接著從半島東南亞深入海洋的尖端出發，進

入島嶼東南亞的馬來西亞、新加坡、印尼與菲律賓，此段落所提之各道菜色均隨著移民進入臺灣，故鄉與母國的味道，最終也能在臺灣(異鄉)的街頭巧遇。

1-1. 越南餐桌 (鮮蝦春捲/薑黃煎餅/酸魚湯)

越南位於東南亞的一個中南半島東端國家。越南到了 19 世紀中晚期，法國殖民者征服了越南，對其進行殖民統治。因此越南在飲食上除了古早深受中國的影響，也於此時開始帶入了法國飲食的習慣。在飲食上隨處可見的越南河粉、法式麵包與咖哩、以及使用新鮮葉菜類等之香料植物入菜的方式隨處可見，同時根(root)和塊莖作物(tuber crops)是除水稻之外第二重要的食物。越南有豐富的根和塊莖的作物資源，並作為人類食物、動物飼料、藥材、香料和染料發揮重要作用⁴，大野芋(Giant Taro)是這個分類中最具代表性的植物之一。最常使用的香料植物有「越南芫荽/刺芫荽」、叻沙葉、刺芹/美國香菜、香蕉花、綠紫蘇、薄荷葉等均是以新鮮的葉子來入菜，而臺灣人常使用的空心菜在越南也常見使用，但使用方式相當不同。在越南可見空心菜是將葉子拔除後，將莖部直切絲清洗後（臺灣都是莖部橫切成段落，並保留葉子共同入菜），川燙或直接搭配其他葉菜類或河粉湯，並以沾醬的方式食用。然而提到越南則必定要說明十九世紀中期的法國在東南亞殖民歷史，法國於 1861-1884 年，通過多次侵略戰爭占領

⁴ Linh Chi Vu, Thi Ngoc Hue Nguyen, Ngoc Trinh Luu (2007) *Root and Tuber Crops in Vietnam: Focus on yam germplasm*. Ethnobotany Research and Applications: <http://www.ethnobotanyjournal.org/index.html>

了越南，1887 年將越南和柬埔寨、寮國合併為法屬“印度支那聯盟”。法國對於越南的飲食文化影響極大，西方各式食材以及法式麵包（圖）、咖啡、餡餅、煉乳等，均顯示了兩者文化的融合。再加上越式生牛肉河粉和過年必備的各種形式的越式粽子構成了在臺灣隨處可見的道地越南家鄉味。



〔圖片：法式三明治。拍攝與提供：越南阮氏玉梅小姐〕

以下使用三樣常見越南家鄉料理與故事一起來認識遷移與鄉愁：

- 鮮蝦春捲：是最常見與經典的越式料理，受訪的姊妹們常說她們自己身體健康且飲食均衡，是因為他們主要的飲食相當清淡，而鮮蝦春捲通常就是作為向臺灣介紹越南文化的開場。在鮮蝦春捲中的越南米紙，現已可在臺灣大街小巷隨處可見的東南亞（越南）商店購得，新購入的米紙是乾燥透明狀，早期越南新住民在臺灣製作此道料理時常會被譏笑是在吃塑膠袋，但近兩三年以來，臺灣民眾早已認識此道獨特的料理，並已普遍被臺灣社會接受，在越南飲食店中常每桌可見此道料理。

材料：（鮮蝦春捲材料）帶皮三層豬肉、蝦仁、越南米紙、A 菜、九層塔、豆芽菜、薄荷葉、韭菜

（沾醬材料）魚露、白醋、砂糖、蒜頭、辣椒、胡蘿蔔



〔圖片：鮮蝦春捲。攝影：『餐桌上的家鄉』時報出版，林宗憶拍攝〕

- 薑黃煎餅：在越南語中叫作「散餅」。台灣知道散餅的人也許不多，但很少人不知道它的遠親—可麗餅。殖民時期，可麗餅圓滿的形狀和金黃色澤，使越南人將它和太陽充滿希望的光芒聯想在一起，因此將米磨成粉，和黃薑混在一起，加入豐富的餡料，做出象徵「開枝散葉」的「散餅」。這道黃香酥脆但內容又豐富、口感軟嫩的半圓形煎餅料理，也是越南料理中最常見的，在越南這道料理是在家人團聚時必備料理，製作的人則須在大鍋煎著一片又一片餅，在忙碌製作整天之後，掌廚的人也因整天被薑黃與油煙的味道而無法再有食慾，不過掌廚的

女性也因此可邊吃邊做，第一時間品嚐溫熱酥脆的煎餅，而不用餓著肚子等候最後才使用（胡頌，2016）。

（薑黃煎餅材料）：越南煎餅粉、豬絞肉、竹筍（或涼薯）、椰奶、生菜、小黃瓜、九層塔、薄荷葉、胡蘿蔔、薑、雞蛋、沙拉油、椰子粉等

（沾醬材料）：魚露、糖、蒜頭、辣椒、黑胡椒等



〔圖片：薑黃煎餅。拍攝與提供：越南阮氏玉梅小姐〕

- 酸魚湯：越南酸魚湯是來自越南洪滿枝的拿手好菜，住在文山區的滿枝，雖然來到臺灣多年，舉手投足間滿是自信與標準的國語，但她在剛來到臺灣時也會遇到別人問她「妳老公花多少錢買妳？」「越南人是不是可以幫忙介紹越南小姐？」，甚至當時附近鄰居如果有狗狗走

失，也會去按她家電鈴（受訪者：洪滿枝，紀錄執筆：胡頌，2016⁵），這樣針對性的待遇與閒聊，幾乎是每一位新住民會遇到的，在滿枝（以及新住民）朋友的眼裡，現在回想起來應該反而是臺灣人對東南亞歷史與社會文化的無知的展現。兒子已從建國中學畢業的滿枝，這次特別「餐桌上的家鄉」的訪談中介紹的越式酸魚湯，其中的酸是由羅望子的酸所帶出的，如果沒有羅望子則可用檸檬代替。半島東南亞的料理中可見大量的羅望子、檸檬、金桔、馬蜂橙、鳳梨及波羅蜜的使用，這些都是臺灣較少（不習慣）使用入菜的酸。層次豐富的酸魚湯除了以羅望子做基底之外，生菜葉類要入湯時必須有順序的放入，讓整體的湯頭充滿了層次的味道。

（酸魚湯材料）：吳郭魚、大野芋（使用莖的那一段，可以西洋芹或高麗菜取代）、番茄、越南細河粉、鳳梨等材料

（調味料材料）：魚露、糖、羅望子粉、九層塔、辣椒、蒜頭等

⁵ 南洋臺灣姐妹會「餐桌上的家鄉」，p.40-41



〔圖片：酸魚湯。攝影：『餐桌上的家鄉』時報出版，林宗憶拍攝〕

1-2. 柬埔寨餐桌（東式蒸玉米點心/香茅魚湯米線/東式咖哩）

柬埔寨位於東南亞中南半島，首都金邊，為聯合國會員國及東南亞國家協會成員國。柬埔寨西部及西北部與泰國接壤，東北部與寮國交界，東部及東南部與越南毗鄰，南部則面向暹羅灣。柬埔寨領土為碟狀盆地，三面被丘陵與山脈環繞；中部為廣闊而富庶的平原，占全國面積四分之三以上⁶。柬埔寨的面積雖比不上鄰國，但國境內有湄公河和東南亞最大的淡水湖—洞里薩湖（又稱金邊湖），湄公河所流經的柬埔寨境內的河段是水資源量最大的區域，因此魚類（河魚）料理也是主要飲食大宗。柬埔寨的料理與植物使用也受到泰國與越南之影響以及本地植物生長之直接因素，且會因為區域(村落)不同而有不同的口味或名稱（本次受訪者，林沛英），雖然

⁶ 外交部領事事務局，關鍵字「柬埔寨」，查詢日期 2016.12.20。
<http://www.boca.gov.tw/ct.asp?xItem=90&ctNode=753&mp=1>

彼此之間都知道所指為何，但對於不熟悉柬埔寨語的外人（如筆者）要理解其中之差異則相當的困難。柬埔寨因婚姻來台之人士已逐年減少，或許主因是東國政府於 2008 年對於國內女子嫁到臺灣與韓國實行禁婚令⁷，而內政部移民署的年度統計資料可見柬埔寨因婚姻關係的移民人數紀錄從 2007 年的 4,498 人到 2015 年 11 月底的 4,283 人，可見人數除維持在東國進婚令開始的人數之外，還稍稍下降。因此要做廣泛的柬埔寨飲食調查也較困難，本次訪談也將會從台北市少數的柬埔寨小吃店⁸進行訪談。來自柬埔寨的林沛香以來臺多年，視節目主持人、南洋臺灣姐妹會執行秘書、柬埔寨語教師，來到臺北的沛香常常以美食作為向大家介紹柬埔寨文化的開端，在訪談過程中，任何一道的料理都會勾出沛香滿滿的家鄉故事。從文獻資料的爬梳過程中了解到柬埔寨有獨特的食用昆蟲的習慣，主要目的是為了補充蛋白質，但經過訪談沛香得知，她是無法接受食用昆蟲的，因此蛋白質的補充就會從柬埔寨的魚肉、雞肉或魚醬等並搭配各式的蔬菜與植物的食用已取得均衡的營養。

- 東式咖哩：與印尼帶有辣味的咖哩和越南稍帶甜味的咖哩比起來，東式咖哩有更多的酸，但這樣的酸和咖哩與椰漿的味道卻完全不衝突，東式咖哩中的酸也是用羅望子加入咖哩醬，有些也會再加上金桔，同時也會用檸檬葉（或馬峰橙葉）進行調味。

⁷ 南洋臺灣姐妹會「政府自打嘴巴 東國禁婚硬要證明 台柬家庭無緣團聚？」記者會
<http://tasat.org.tw/subject/54>

⁸ 「吳哥窟小吃店」是台北市少數由柬埔寨人親自並持續經營之道地東式餐飲。

1-3. 緬甸餐桌(梅干扣肉/緬甸醃茶/緬甸魚湯麵)

緬甸位處於中南半島，西部緊鄰印度與孟加拉，北部與中國接壤，東部連接寮國和泰國為鄰，國內宗教深受佛教影響，佛教是其國教，其飲食融合了印度、中國、泰國的特色。緬甸盛產稻米，人民以大米為主食。早餐常吃魚湯麵、椰子麵、椰子粥、涼拌麵、涼拌米粉及用糯米、椰子、白糖做的各種各樣的糕點小吃，還喜歡喝魚片湯、鴨肉粥。魚湯麵則是傳統緬甸料理，也是招待親朋好友或聚餐時必吃的料理。緬甸人有喝早茶的習慣，而在臺灣新北市中和地區華新街的緬甸餐廳內看到許多喝下午茶的緬甸僑民，且以男性為主，此必是因為和其傳統男尊女卑的習俗有關，也就是男性才能外出到茶館內聚餐、飲食和「喬事情」，女性必須在家中主持家務。茶館裡常見緬甸奶茶、咖啡與各式點心，如麵包夾黃油、果醬、乳酪、肉包子、油條及油餅等。另外，緬甸最有名的植物美妝用品，黃香棟樹⁹磨成的香木粉塗在臉上，可以防曬也可以吸油。緬甸也吃檳榔，並深入在其生活之中，甚至佛桌拜佛時也放置包裹完美的檳榔。用一道緬甸傳統料理，認識香料與植物在其中的使用。

- 緬甸魚湯麵：魚湯麵 (Mohinga) 是先將魚放在湯裡燉煮到爛，去骨後放入咖哩、洋蔥、青蔥熬煮到爛，讓魚肉與蔬菜在湯裡化為

⁹ 緬甸香黃棟樹與香木粉，網頁：<http://www.mhwmm.com/Ch/NewsView.asp?ID=1305>。

無形，最後加入香茅與香蕉樹莖熬煮定味。麵是米線，吃的時候

灑上香菜、魚露、辣椒粉與炸碗豆餅，加上半個水煮蛋就是一餐。

每一年，緬甸政府還會舉辦魚湯麵大賽¹⁰。

1-4. 泰國餐桌(泰式打拋豬/泰式酸辣湯/涼拌青木瓜)

泰國國土東臨寮國和柬埔寨，南接暹羅灣和馬來西亞，西靠緬甸。泰

國菜有四大菜系，分別為泰北菜、泰東北菜、泰中菜、與泰南菜，反

映泰國四方不同的地理和文化，而各地使用的食材往往跟鄰近國家

一樣。例如泰南菜，和馬來菜一樣多用椰奶、鮮黃薑，而泰東北菜則

與寮國菜一樣善用青檸汁。此外，泰國現有的菜式，不少受到多年定

居泰國的華僑影響，其中潮州菜的影響最為顯著，例如粥，貴刁（粿

條），和海南雞飯等。泰國菜多使用魚露和新鮮的香料，少用乾材。

而泰國常見使用的香料植物有南薑、酸子、香茅、青蔥、檸檬葉、九

層塔、胡荽、紫蘇、薄荷葉等。泰國常用調味料有辣椒、咖哩、魚露、

蝦醬、椰奶等。

1-5. 印尼餐桌（薑黃飯/GADO GADO/斑斕丸子）

印尼島嶼遍布並有數百個不同民族及語言，最大的族群為爪哇族，並

在政治上居主導地位。印尼的國語為印尼語，但同時也因各地民族

不同也使用各地區的方言，印度的國家格言「Bhinneka Tunggal Ika」

¹⁰ 天下雜誌：舌尖上的東協，網頁：<http://topic.cw.com.tw/2015asean/asean.html>

(存異求同)闡明了種族、語言與生物多樣性及國家的型態。雖然人口眾多且稠密，但大部分都在特定的大島上，例如爪哇島、加里曼丹以及蘇門答臘和蘇拉威西等島嶼上，所以印度尼西亞仍保有大量的原野與豐富的生物多樣性。透過因婚姻與工作關係來到臺灣的印尼人的訪談，可帶入臺灣最常使用的料理以香料為主，其中薑黃是必備物，除了使用生鮮薑黃之外，經過磨粉磨尼的使用也是傳統的手法，不論是煮湯（印尼咖哩雞湯：Soto Ayam）或染色使用（薑黃飯）或者調味（薑黃魚），在印尼的料理中隨處可見薑黃的多樣性使用。印尼也因為生物多樣性，擁有獨特的植物果實例如印尼黑果¹¹，一種只長在東爪哇外海的 Madura 島上的高大常綠喬木，此種果實摘採後須經過 40 天的處理以去除其毒性，印尼黑果在印尼成為了很知名的湯底料理 Rawon 湯的原料，呈現咖啡濃黑色 Rawon 牛肉湯是印尼朋友在臺灣重要的家鄉味之一。印尼黑果往新加坡與馬來西亞的方向過去，則另成為最具代表的娘惹菜「黑果百家雞」重要原料。

● 薑黃飯：

臺灣的東南亞餐廳必備的薑黃飯，是東南亞朋友一解鄉愁的必需品。

根據印尼王溫蒂告知，印尼在節慶、生日、聚會，一定會用漂亮的薑黃飯塔來增加熱鬧的感覺，甚至是作為活動開始儀式的一部分。在筆

¹¹ 印尼黑果，學名 *Pangium edule*，印尼文 Keluwak，在東南亞大部分會使用 Keluwak 來稱呼，但也可見在印尼出版的料理書籍中則會使用 Indonesian Black Nut 來稱呼此果實。（Indonesian Kitchen）請補上書名和引用

者所辦理的「2016 印尼國慶文化藝術節」中，從臺北車站經館前路遊行入本館大廳的印尼各個演出團隊，就是在本館大廳先唱國歌之後，邀請本館館長與學生會秘書長等長官致詞後，接著就是切薑黃飯塔活動開始之儀式並祝福活動一切順利。（如下圖：陳前館長與印尼空大學生會代表切薑黃飯塔做為開場儀式之一）

材料：生鮮薑黃(或薑黃粉)、香茅、馬蜂橙葉(泰式檸檬葉)、椰奶、長米等。





(圖:薑黃飯塔也用於生日聚會)



(圖:薑黃飯塔：生日聚餐)

- Gado Gado:印尼的什錦蔬菜沙拉，在印尼是隨處可得的國民小吃，因為印尼人來到臺灣後，這道滿滿家鄉味的料理也在臺灣的印尼商店或小吃店隨處可見。較講究的小吃店或餐廳在料理這道菜時，

會講求要「現點現磨製花生膏醬」，並可依客人需求增減香料，花生是這道醬料的主角，濃厚的花生醬糕是搭配清燙蔬菜的最佳良伴。

花生醬膏材料：紅蔥頭、蒜、辣椒切碎、印尼檸檬葉(Kaffir Lime)、花生粒、香茅、鹽巴、蝦膏以及印尼椰糖(如下圖)。



搭配蔬菜：(先燙過後再擺盤)水煮蛋、豆芽菜、空心菜、大白菜等(如下圖)。



圖：Gado Gado 配料

- 斑斕丸子：南洋臺灣姐妹會最早在高雄美濃成立識字班的時候，來自印尼的洪榮細就是創始的成員之一。洪榮細來自蘇門答臘島，在剛到臺灣之初，榮細認為一定要使用各種方式融入臺灣，因此參加識字班、各項培訓課程，十幾年過去後，現今的榮細是擔任翻譯、通譯、印尼語教師，並且也在國立臺灣博物館擔任新住民服務大使。熱情的榮細在值班時，總是會去旁邊的二二八公園或者是博物館的廣場入口處，邀請印尼的移工朋友們走進博物館參觀。榮細表示，她能教臺灣人的地方，就是印尼的文化和語言，而她總是用斑斕丸子，做為介紹印尼文化的開場。

材料：地瓜、糯米粉、斑蘭葉（染色用）、印尼椰糖（包餡用）、椰蓉（裹外層用）。









第二節：東南亞植物與香料的使用綜整

2-1 東南亞植物與香料:本次透過更多元的人物訪談，彙整出如下表之東南亞植物列表。

	中名	英名	學名	越南名	泰國名	柬埔寨名	印尼名	馬來西亞名
	香蘭葉	Pandan leaf	<i>Pandanus amaryllifolius</i>	Lá dứa			Duan Pandan	
	九層塔	basil	<i>Ocimum basilicum</i>	Húng quế	โหระพา	តាងវង		
	山奈	aromatic ginger/sand ginger	<i>Kaempferia galanga</i>		เปราะหอม		Kencur	
	木瓜	papaya	<i>Carica papaya</i>	Đu đủ	มะละกอ	ក្នុង		
	打拋	holy basil	<i>Ocimum tenuiflorum</i>		กะเพรา			
	田字草	aquatic four leaf clover	<i>Marsilea crenata</i>		ผักแว่น		East Javanese cuisine	
	百香果	passionfruit	<i>Passiflora edulis</i>	Chanh leo	เสาวรส			
	艾草	Chinese mugwort	<i>Artemisia argyi</i>	Ngải cứu				
	刺芹	culantro	<i>Eryngium foetidum</i>	Mùi tàu	phak chi farang	បន្លា		Pokok Jeraju Gunung
	南薑(高良薑、紅豆蔻)	lengkua	<i>Alpinia galanga</i>	Riềng	ดอกข่า	វែង	Lengkuas	
	茄子	eggplant	<i>Solanum melongena</i>	Cà		ក្រាមមាស		
	香茅	lemon grass	<i>Cymbopogon citratus</i>	Sả	ตะไคร้	ស្លឹកត្រៃ	Sereh	
	香蕉花	banana	<i>Musa × paradisiaca</i>	Bắp Chuối	หับถี			
	泰國圓茄	Thai Eggplants	<i>Solanum sp.</i>		มะเขือเปราะ			
	草胡椒	crab claw herb	<i>Peperomia pellucida</i>			ក្រសាំងទាប		
	馬蜂橙/箭葉橙	kaffir Lime	<i>Citrus hystrix</i> DC.	Chanh	มะกรูด, ลูกมะกรูด, ใบมะกรูด (葉, 果)	ក្រូចសើច	Daun Jeruk	

	中名	英名	學名	越南名	泰國名	柬埔寨名	印尼名	馬來西亞名
	魚腥草	fish mint	<i>Houttuynia cordata</i>	Giáp cá	ผักคาวตอง	ត្រាប		
	紫蘇	shiso/perilla mint	<i>Perilla frutescens</i>	Tía tô				Pokok Pudina Jepun
	越南香菜/叻沙葉	Vietnamese mint	<i>Persicaria odorata</i>	Rau răm	ผักไผ่	ក្រសាំងទំហំ	daun kesum, daun kesom, or daun laksa	Pokok Daun Kesum
	落葵	Malabar spinach	<i>Basella alba</i>	Mồng toi	ผักปลัง	ស្លឹកជន្លង់		
	雷公根	pennywort	<i>Centella asiatica</i>	Rau má	บัวบก	ត្រឡឹកត្រាញ់	pegagan	penggaga
	蒔蘿	dill	<i>Anethum graveolens</i>	Thì là			Adas sowa	
	蝶豆	butterfly pea	<i>Clitoria ternatea</i>	Đậu xanh	ดอกอัญชัน			
	翼豆	winged bean	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i>	Đậu rồng	ถั่วพู	ប្រាម		
	蕹菜	morning-glory/water spinach	<i>Ipomoea aquatica</i>	Rau muống	ผักบุ้ง	ត្រកួន		
	薑黃	turmeric	<i>Curcuma longa</i>	Bột nghệ	ขมิ้นชัน		Kunyit	

2-1-1. 東南亞的粽子¹²

在東南亞的粽子，其粽葉的使用以芭蕉葉或者是斑斕葉為主。中國南方沿海的閩粵居民，自明代以來有很多人前往海外經商、移民，最後在東南亞和台灣落地生根。因此，印尼、新加坡、馬來西亞、菲律賓華人的福建話，台灣的台語，中國福建的漳州話、泉州話，至今仍能相通。以粽子為例，菲律賓稱呼粽子為 Matsang(Machang)，印尼語、馬來語稱粽子為 Bakcang、Bacang，泰語的「肉粽」(Ba-cāng) 跟台語也一樣！菲律賓、印尼、馬來西亞的「肉粽」及語言，確切是融入了早年閩南移民的「福建話」，屬閩南語系的廣東潮州話則深刻地影響了泰國¹³(曹銘宗，2016)。

- 越南的粽子：越南人很珍惜米飯，所以「粽子」也是越南過年的食物要角，以芭蕉葉包捆，豬肉、綠豆為內餡，南越粽為圓柱形、北越粽 (Bánh chưng) 為方形，會用來祭拜祖先後食用¹⁴。
- 印尼粽：印尼的粽子 Lontong 就像臺灣人吃白米飯一樣普遍，吃法會是將粽葉剝開後，再將其中的米飯塊用切或剪成一段段的放入裝有咖哩醬料的碗中後，再搭配經椰漿炒過的波羅蜜塊一起食用。

¹² 「幸福新民報：幸福新民報第 2 季第 1 集-東南亞美食粽」

https://www.youtube.com/watch?v=iaR_D7wwGGg&t=508s

¹³ 曹銘宗(2016)。「蚵仔煎的身世：台灣食物名小考」，台北：貓頭鷹出版。

¹⁴ 『苦瓜、年粽入菜 年夜飯飄出南洋風』中央廣播電台，2017 年 1 月 28 日。
<http://news.rti.org.tw/news/detail/?recordId=322974>

- 開齋節的粽子：印尼話稱為 ketupat 是一種東南亞穆斯林的傳統食物，在各處歡慶伊斯蘭開齋節常見這種食物，並且當成開齋節主要象徵之一。Ketupat 以米填入，蒸熟後米飯因膨脹擠壓，在 Ketupat 中擠壓成整塊的飯糰，飯糰取出後搭配湯品食用。Ketupat 的形象近年在臺灣有許多的伊斯蘭與印尼文化活動推廣中也成為手工的互動藝術品製作。
- 柬埔寨的粽子：柬埔寨粽子柬埔寨的粽子稱為「布袋粽」，它不用植物葉包裹，而是取一個布袋，將糯米、赤豆、紅棗等一層隔一層地塞滿布袋，然後紮緊口袋蒸熟。食用時剝去布袋，用刀切著吃。
- 泰國的粽子：來自泰國的瑪莉¹⁵說，道地泰國甜粽是先以椰奶炒過內餡的糯米，再包入芭蕉烹煮，口感黏稠帶有芭蕉的甜味和椰香；包法則是兩兩成對綑綁一起，象徵圓滿，在泰國甚至有情侶會帶泰國粽去祭祀神明，祈求愛情長長久久。
- 緬甸的粽子：緬甸人也喜愛吃粽子(緬甸的粽子稱為 Pya Htote)，但和端午節沒有什麼關聯。他們是用糯米為原料，用成熟的香蕉和椰蓉作餡，這樣做成的粽子酥軟、香甜，並且香味撲鼻，令人回味無窮。

¹⁵ 本次受訪者，泰國陳瑪莉小姐。

- 菲律賓的粽子：菲律賓人也非常愛吃粽子，而當地的粽子也因為華人或歐洲人的帶入而有不同的風格，在菲律賓的墨西哥風格的粽子 Tamale，他們不但端午節吃，聖誕節也吃，平時還把粽子當成風味小吃。粽子通常也是用芭蕉葉作為外包裝。另外受到華人影響的粽子稱為「酥曼」(Suman)¹⁶，包酥曼的材料分成蕉葉、竹葉和棕櫚葉 3 種，其中以棕櫚葉最普遍。酥曼的內容糯米椰、奶和鹽調味，再裝進以棕櫚葉捲成的圓筒綁好，放入有少許薑片的水裡滾煮 1.5 小時即可。雖然起源已不可考，但每逢聖誕節與過年期間，酥曼都是菲律賓人餐桌上不可或缺的應景美食。

2-1-2. 薑不同：黃薑（也稱為薑黃、鬱金）/高良薑（也稱為「南薑」）/沙薑。

2-1-3. 特殊味道：印尼臭豆（Petei, 學名：*Parkia speciosa*）與緬甸臭豆（Jengkol, 學名：*Archidendron pauciflorum*）

2-1-4. 辛辣好滋味：辣椒/胡椒

¹⁶ 菲律賓的飲食深受中國、西班牙、葡萄牙等國的影響，因此食物的各種名稱均帶有一些混血的意味。
<http://www.itsmorefuninthephilippines.com.tw/news/73>

2-2. 染色植物：

染色植物是東南亞飲食中重要的項目之一，善用植物染色的特性，同時搭配上生鮮的綠色蔬菜或白色豆芽菜或紅色胡蘿蔔、番茄、紅辣椒，讓食物在擺飾與視覺上更具有豐富的層次與令人驚豔的效果，不論是越南或是柬埔寨¹⁷，甚至整個東南亞地區，在重要節慶或紀念活動的聚會現場，一整桌色彩鮮艷的料理與顏色搭配，是代表了對節慶的重視。來自北越的黃云瑾特別強調「因為大家都做糯米飯，因此把糯米飯用木鱉子果染成橘紅色，再用各種的模型讓糯米飯呈現圓形、愛心等各種形狀，這樣不但讓食物準備的過程更好玩，感覺食物更好吃呢。」

2-2-1 薑黃/黃薑（金黃色）除了入菜的使用，例如去除腥味之外，薑黃還有一個最重要的功能，就是染色。傳統使用薑黃作為布料的染色，使得布料呈現出具有高貴感覺並明亮的鮮黃色。也有使用薑黃作為染頭髮的染料。印尼（或東南亞地區）所能見到的黃色米飯，均是使用薑黃染色的效果。

2-2-2 七葉蘭/斑斕葉（綠色）斑蘭葉在東南亞被廣泛的運用在飲食的染色，再加上斑蘭葉的也有一定的營養成分，斑蘭葉可用一段嫩葉處與米飯（或糯米）一起蒸煮，在東南亞的娘惹糕可用斑蘭葉作為綠色的染色，而柬埔寨可見斑蘭葉茶，這樣的使用是將斑蘭葉整枝葉打碎後加上紅茶一

¹⁷ 「餐桌五顏六色！柬埔寨年菜越亮越喜氣」<http://news.tvbs.com.tw/life/703561>

起熬煮，因此可見除了深綠深紅的顏色之外，也加入紅茶，整體風味是加乘的，而不會衝突。但東南亞的朋友則覺得臺灣人剛開始僅使用斑蘭葉泡熱水喝，相當可惜（本次受訪者，吳哥窟小吃店、印尼廖轉運）。

2-2-3 蝶豆花（藍色）為豆科蝶豆屬的植物。分布於印度、台灣、世界熱帶以及中國大陸的福建、雲南、海南、浙江、廣西、廣東等地，台灣宜蘭及南投九九峰附近已有人引種栽種成功。蝶豆是泰國人的最愛，蝶豆是自然的植物，因此除了染色之外，也會製作成飲料，藍色一瓶再滴進檸檬汁則會成為紫色。

2-2-4 木鱉子¹⁸（橘色）在與越南姊妹的訪談中，對方特地帶來了木鱉子的果實，又名木鱉子、木鱉子，是一種葫蘆科苦瓜屬的草本植物。木鱉果為多年生草質藤本，果實為長橢圓形，表面生多數軟刺，成熟時呈紅色。種子扁形有甲魚（鱉）的模樣，又像用木頭製成，所以被稱為木鱉子¹⁹。多野生，也有栽培；產於中國廣東、廣西，臺灣等地，也產於越南以及週邊國家。臺灣一直以來均有木鱉果的種植，但品種似乎與越南的品種不同，因此越南人在臺灣仍較習慣使用從越南帶來的品種。

¹⁸ The fruit of Heaven, <http://www.momordica-cochinchinensis.com/>

¹⁹ 木鱉子，中國植物物種訊息數據庫：

http://web.archive.org/web/20160305085556/http://db.kib.ac.cn/eflora/view/search/chs_contents.aspx?CPNI=CPNI-186-41099

2-2-5 胭脂樹/子（紅色） 又稱胭脂樹、臘脂樹、紅色樹，是熱帶紅木科紅木屬唯一一種的植物。可生產一種淺紅色或黃色粉末狀染料，用於黃油、乳酪及人造黃油的著色。在熱帶及亞熱帶地區廣為種植。東南亞地區廣泛的使用胭脂樹子做為染料同時也可作為食用，例如在寮國做為染布料的顏料一種（另一種為薑黃），在菲律賓可見入菜使用。

2-2-6 芋頭(根)（紫色） 芋頭的根部除作為主食之外，也可用作食物染色使用，本研究訪談在第二章第一節有提到越南使用芋頭的莖可入菜做酸魚湯，而根部則可作為食用與染色。在東南亞各地的點心類料理中可常見其使用。

No.	中英文	學名/英文	越南文	泰文	柬埔寨	印尼文	菲律賓	說明
2-2-1	薑黃/黃薑	<i>Curcuma longa</i> /Turmeric	Nghê	ขมิ้นชัน	រមៀត	Kunyit	Luyang-dilaw	(金黃色)
2-2-2	七葉蘭/ 斑斕葉	<i>Pandanus amaryllifolius</i> / Pandanus	Dừa thơm	เตยหอม	តើយ	Pandan		(綠色)
2-2-3	蝶豆花	<i>Clitoria ternatea</i> / Butterfly pea	Đậu biếc	อัญชัน	អញ្ជិន	Kembang telang	Pukingan	(藍色)
2-2-4	木鱉子	<i>Momordica cochinchinensis</i> / Gac	quả gấc	พืักข้าว		Tepurang		(橘色)
2-2-5	胭脂樹/ 子	<i>Bixa Orellana</i> / Achiote	Điêu nhuộm		ដកតាំ	Kesumba keling	Atsuete	(紅色)
2-2-6	芋頭 (根)	<i>Colocasia esculenta</i> / Taro corms	Khoai môn			Talas	Gabi (gulay)	(紫色)

(表一：東南亞常見染色植物表。彙整：袁緒文)

2-3. 香料小舖：

丁香、肉荳蔻、香茅、馬蜂橙與葉、石栗、薑黃、肉桂、芫荽籽等香料已在筆者第一期報告中特別撰述，然當時僅以印尼為主，在本期的訪談中可見例如香茅、馬蜂橙葉、薑黃、芫荽（葉和籽）均在東南亞各地可見廣泛使用。

2-4. 醬料：咖哩/魚露/蝦醬/魚醬(柬埔寨)

2-4-1 咖哩是甚麼？Masala 綜合醬料的多元組合

東南亞的咖哩雖源自印度，但到了東南亞各國則因各國飲食習慣的不同，而有不同的變化。許多人誤以為混合了各式辛香料的咖哩是一種料理，其實咖哩只是調味料。而源自印度的咖哩其實應稱為 Masala，在辛香料的調味料中占有極重要的地位。印度的咖哩製作的方式是先以鬱金（將黃）為基底，再混和添加胡椒、丁香、肉桂、小茴香、肉豆蔻、辣椒（如需增加辣味時）等 30-40 種以上的辛香料混合而成，Masala 中各項調味料的使用及比例也會因為各個印度家庭的使用喜好而不同²⁰，也唯有印度這樣的香料集散地才能造就出世界少有的調味料—Masala(咖哩)(陳柏瑤譯，2016)。調味料 Masala 在南印度地區被稱為 Kari，這個字代表「(料理的)配料」和「添加辛香料的醬汁」，但經過抵達印度的歐洲人將 Kari 這個

²⁰ 在第一期研究報告中有提到，本次受訪者印尼籍的張慧芳女士也表示「印尼家庭的每個媽媽因為個人/家庭喜好不同，因此香料放入的比例也不同，因此同樣名字的料理，因為不同的家庭就會有不同的口味。」（張慧芳，2015）

字傳回歐洲時，Kari 反而被誤傳為料理的名稱（陳柏瑤，p. 86-87）。而在泰國，「咖哩」這個名稱反而是很負面的罵人的意思，因此真正泰國人也對於「咖哩」兩個字敬而遠之。

2-4-2 魚露、魚醬、蝦醬：

整個東南亞與海洋和大河文化的關係密不可分，在飲食文化上除了使用新鮮香草植物與香料之外，因為豐富的魚產，也順應產生的各種魚蝦類發酵醃漬品的使用。泰國魚露（nam pla）使用小魚、鮮蝦作為原料，越南魚露（Nước mắm）是用沙丁魚飛魚等各種魚為原料，印尼魚露（kecap ikan）則以小蝦米和魚作為原料。

第六章：結語-融合改變在臺灣

綜整以上，可見東南亞飲食的勢力在臺灣已逐漸擴大。東南亞新住民的移入，加上飲食中所需的植物需求已大量增加，目前在台灣從桃園新竹一帶，到南投、台南、屏東都有許多由臺灣人或是新住民自己經營菜園。這些菜園主要提供臺灣的東南亞餐廳最直接的植物使用。同時也提供臺灣人深入了解東南亞植物最直接的場域。同時，東南亞移工周末會聚集的台北市北平西路（臺北車站）自成一格的印尼小吃街，包含了美容院、雜貨店、自助餐店等。另外以緬甸僑民聚集的中和華新街、菲律賓人在台北市中山北路上的天主教堂附近，以及開齋節期間來自各地穆斯林聚集，都自成一格豐富的文化風景，也相當地融入臺灣社會。同時應運而生的各式各樣的東

南亞特色餐廳，更豐富了臺灣的歷史與文化的面向。各東南亞小吃店的林立所產生及與日俱增的東南亞新住民來到臺灣所產生對於家鄉植物料理的需求也相對呼應到東南亞植物種植業者的紛紛成立。仔細比較，東南亞的植物產品在臺灣因為相關材料的使用取得不易，因此會有入境隨俗的改變，例如印尼傳統的發酵黃豆料理「天貝」在臺灣隨處可見最後是以塑膠袋包裝，因此呈現如下圖的型態，但在印尼爪哇島泗水的傳統市場中卻可見天貝是用芭蕉葉（或香蕉葉包裹），最後形成長方體狀並於市場販售，這樣的差異也是因透過本次訪談之新住民朋友熱心提供相關差異。



（上圖：在臺灣製作的天貝包裝—提供者：丁安妮）



（上圖：印尼爪哇島泗水傳統市場所販售的天貝包裝方式—提供者：Linda）

第七章：參考文獻與附件

參考文獻

【期刊論文】

Linh Chi Vu, Thi Ngoc Hue Nguyen, Ngoc Trinh Luu (2007) *Root and Tuber Crops in Vietnam: Focus on yam germplasm*. *Ethnobotany Research and Applications*:
<http://www.ethnobotanyjournal.org/index.html>

【中文書籍】

社團法人中華民國南洋臺灣姐妹會、胡頌(2017)「餐桌上的家鄉」。臺北：時報出版

徐雨村(譯)(2014)。Conard Phillip Kottack 著。「文化人類學：領會文化多樣性」。臺北：遠流。

顧淑馨(譯)(2013)。Marjorie Shaffer 著。「最嗆的貿易史—小小胡椒，打造世界經濟版圖」。臺北：商業週刊

陳柏瑤(譯)(2016)。宮崎正勝 著。「餐桌上的世界史」。臺北，遠足文化。

Fernandez-Armesto F. (2005) 《食物的歷史—透視人類的飲食與文明》〈Food:A History〉韓良憶譯。臺北：左岸文化。

Murdoch Books (2015) 《泰國廚房—美食、旅行、傳統、人文》〈World Kitchen: Thailand〉姚怡平譯。新北市：遠足文化

Murdoch Books (2015) 《印度廚房—美食、旅行、傳統、人文》〈World Kitchen: Thailand〉陳正芬譯。新北市：遠足文化

Gilles Fumey、Olivier Etcheverria(2012) 《美食的世界地圖》林惠敏譯。台北市：聯經出版事業股份有限公司。

外文書籍

Norman, Jill. *The Complete Book of Spices: A practical guide to spices and aromatic seeds*, 1995, 5thEd., Dorling Kindersley Limited, London.

Yasa Boga. *Indonesian Kitchen: 300 Popular Recipes Across the Archipelago*,

網頁資料

郭琇真（2015，11 月 23 日）。繽紛南洋餐桌 美食跨越國界。上下游
News and Market 報導。來源取自

<https://www.newsmarket.com.tw/blog/79212/>

<https://www.newsmarket.com.tw/blog/79212/>