

104年客家學堂之菜籃族微旅行——阿香廚房梅子料理的秘訣

文：周季輝

四月份菜籃族的微旅行，是以阿香廚房的梅子為主題。大家第一次的見面，雖然下小雨，在老爹開場的相見歡中，開始氣氛愉快的第一堂課。阿香的廚房今日公休，安靜的環境，加上被雨水洗淨的庭園，植物茂盛清新，活潑的阿香和兒子女兒聯手上梅子課，頗有在藤枝山上的錯覺。梅子是阿香前幾天從山上帶下來的，現在梅子已經在青梅轉成黃梅的熟度，最適合製成梅子酵素。因為阿香已經為大家洗好梅子，減少了很多工序，把梅子用紙巾擦乾，再用牙籤將梅子蒂頭挑出，再一層層梅子一層黑糖置入玻璃瓶中就算完成了一大半。回家後瓶子不要攪緊，讓他可以呼吸，每天攪拌一次，三個月後就可以品嚐了，不過放更久一點還是比較香喔！

接下來要進行馬上有口福的梅子料理。第一道菜是清蒸梅子魚，在盤子中舖上雞蛋豆腐當底，放上新鮮鱸魚、薑片、整顆紫蘇梅，再倒入一點醬油、梅汁，大火蒸20分鐘。蒸好後把川燙過的雞肉下鍋，黃色後開始加入紫蘇梅子、梅汁、醬油，小火燉煮收汁，起鍋前放入蔥段和辣椒，再用燒熱的砂鍋盛裝。接著製成店裡的人氣招牌菜梅汁豆腐，起油鍋，油熱後放入切厚塊的雞

蛋豆腐，炸至金黃後點上梅醬。阿香說：「梅醬是重點，很多人都想要買梅汁豆腐上的梅醬，我直接教大家做就好了，不然成本太高大家也買不下手。」怎麼這麼好?! 食譜大公開! 把紫蘇梅去籽後，肉肉剝碎，入乾鍋後加入一小匙梅精拌炒，稍微變濃稠就可以了。是不是很简单? 重點就是梅精調和了這道菜的美味。這時候梅汁蒸魚起鍋了，把去腥的薑片拿掉，舖上蔥絲、辣椒絲就可以上桌。最後一道是梅汁過貓，把川燙放涼的過貓舖盤底，再擺上當季的水果丁，灑上梅香鬆增加口感，再淋上梅汁就完成了囉!

梅子大餐開動，也是學員們拉住阿香老師不放的時機，不斷的問著每道菜用的細節，梅子還可以怎麼應用? 什麼時候的梅子適合做什麼加工等等，當然也有阿香廚房如何從藤枝來到美濃。午餐後是福安山下的導覽時間，大家坐著老爹遊覽車，一起認識開基伯公的歷史，學閩客的土地公不同之處，學員們聽得恍然大悟、津津有味。接著去美濃寮，認識美濃寮的發跡與朱邦雄先生的小故事。最後去喜藍紡認識客家藍衫，學員與喜藍伯母聊聊對客家服飾的好奇。

104年美濃客家學堂第二期課程，開始報名囉!
洽詢專線：(07) 6810469。上班服務時間為週一至週五 09:00至17:00。



以開基伯公做為本課的第一場導覽，老爹(右五)為美濃歷史做精彩的開場。



深入阿香廚房重地，現場學習各種梅子料理。圖為阿香(右一)正講解料理的步驟。

美濃社區自主運動回顧

從凝視農村開始，讓我們一同回看社區運動中自然與人文地景的變遷。

2015 4/18 ▶ 7/11

撫臺街洋樓 1910

【主題講座】回到里山——一場重返土地的文化行動

時間：7月4日(六)下午3點~5點

主講人：鍾喬(差事劇團團長)

地點：撫臺街洋樓(臺北市中正區延平南路26號)

開放時間：每週一至週六 10:00-18:00 (17:45最後入館)

指導單位：臺北市政府文化局、臺北市政府客家委員會

主辦單位：撫臺街洋樓、社團法人台灣歷史資源經理學會

策展單位：社團法人高雄市美濃愛鄉協進會

2015 美濃黃蝶祭一系列活動

里山探險——大腳小腳同溯溪

水是生命的源頭。在地美濃稱黃蝶翠谷為「雙溪」，亦即東勢坑溪、甲河兩條河流交會的谷地。東勢坑溪水勢平緩，大石嶙峋錯落溪谷間，兩岸植被蓊鬱，澤蟹族群豐富。藉著溯溪行走的方式，除了戲水消暑，也許偶爾與群聚吸水的黃蝶來個不期而遇，歡迎一起來體驗並認識溪流生態，並加入到自然河流保育的行動裡頭吧!

活動時間：2015年7月8日(週三)上午八點~十二點

集合時間：2015年7月8日(週三)上午八點

集合地點：雙溪熱帶樹木園停車場

報名費用：無。由本會提供活動保險。

聯絡電話：07-6810371、6810467 美濃愛鄉協進會

報名須知：

- 1、請自備飲用水、點心、防曬用品、更換衣物。
- 2、請務必吃早餐，保持好體力。
- 3、自備鞋子(布鞋)，請注意防滑功能，以及可穿下水為優。
- 4、考量安全，參加者年齡需為小學3年級以上。
- 5、溯溪活動請考量自身體能狀況。

線上報名：<https://goo.gl/8aUZ5u>



第二十屆美濃黃蝶祭代言社區——廣德里。庄頭的榕樹圓環是竹頭背居民乘涼閒話家常、小孩嬉戲的地方。拍攝社區海報當天，伯妹帶著笠麻、阿伯抱著孫子，大家共下來聽八音，來張大合照!