

一一二學年度 和平高級中學國中部

國語文朗讀競賽 篇目一覽

第一篇 媽媽的潤餅

第二篇 蛋炒飯

第三篇 仙草冰

第四篇 論牛肉麵

第五篇 潮州魚翅

第六篇 台灣肉粽

第七篇 紅蘿蔔蛋糕

第一篇 媽媽的潤餅

韓良露

小時候寫作文，提到我家廚房時，總寫著爸爸買回來一隻大黃魚，或父親烤了一個大蛋糕之類的，有一天老師終於旁敲側擊地問起我的媽媽在哪裡，我的媽媽也在家啊！只是我的媽媽很少進廚房。

爸爸包辦了廚房的工作，表面上讓媽媽很輕鬆，有些人總羨慕媽媽好福氣，嫁了個當年大家還不清楚的標準上海好男人，這幾年上海男人的形象逐漸清晰了，媽媽才恍然大悟為什麼爸爸老愛往廚房跑。

童年的時光，回憶起來，充滿著和爸爸在廚房中鑽進鑽出，東忙西弄的樂趣，長大後寫起文章，也常常爸爸長爸爸短的，就好像小時候寫作文一樣，總忘了媽媽的存在。

直到有一天，媽媽很幽怨地說起，媽媽說，為什麼你寫家中的美食時，總寫你爸爸做的菜，為什麼不寫寫我做的菜。

媽媽當時這麼說，我還一笑置之，說妳那麼少做菜，寫什麼嘛？媽媽正經八百地說每年春天都會和阿嬤一起做幾次潤餅；而做潤餅是很費功夫的，要分別把豆干、豆芽、韭菜、蛋皮、肉絲、蝦仁、高麗菜等燙好、炒好、切好，之後盛在不同的盤子中，像小孩扮家家酒似的，桌上擺得琳琅滿目，旁邊再擺上潤餅的麵皮、花生粉、虎苔、甜醬，之後大夥就一張一張地包自己的餅吃，東西不能放太多，否則餅會破，但也不能放太少，吃起來口感就不豐富了，要包得恰恰好。

在阿嬤去世後，媽媽也還是持續地每年做一兩次潤餅，但改成由我幫忙合作潤餅席，記憶中我們母女難得會一起下廚，也只有做潤餅的時光了。

當母親提醒我，她也會做潤餅時，我開始回憶吃時的那些記憶，的確，母親的潤餅，做出來的水準並不輸外婆，我突然想到，會不會母親其實也有做菜的天賦，而只是因為她運氣好（或運氣不好），她一生被兩位會做菜又愛做菜的媽媽及丈夫環繞，而廚房中是容不下兩個大廚的，因此母親只好退讓，而她的不用做菜的幸福，其實是奠基在犧牲了自己的潛能，讓她的媽媽及先生大享做菜的幸福。

後來，我答應了母親，有一天一定會寫篇文章談媽媽的潤餅，但不知怎麼回事，我一直沒寫。

後來媽媽離開人世，我想到自己竟然連寫個讓媽媽開心的潤餅故事都沒寫，我真不孝啊！於是，我想到了要辦春天潤餅文化節，於公可以用活動延續推廣這項珍貴的食物文化資產，於私可在自己內心深處一角，懷念從童年有記憶來年年做潤餅給我吃的媽媽。如今，春天潤餅文化節已經第六屆了，真開心啊！每一年有那麼多人和我們一起分享潤餅的芬芳滋味之美與人情團聚之樂。

第二篇 蛋炒飯

唐魯孫

中國人從古而今，由南到北，雞蛋炒飯好像是家常便飯，人人會炒，其實細一研究，個中也頗有講究呢！就拿炒飯用的飯來說，大家平素吃飯，有人愛吃蓬萊米，說它軟而糯，輕柔適口，有人專嗜在來米，說它爽而鬆，清不膩人，各隨所嗜，互不相犯；可是吃雞蛋炒飯，問題就來了，雞蛋炒飯一定要熱鍋冷飯，炒出飯來才好吃，可是蓬萊米煮的飯，不論是電鍋煮，還是撈好飯用大鍋蒸，涼了之後總是黏成一團，極難打散。請想成團略成塊的飯，炒出來能好吃嗎？炒飯用的飯，一定要弄散再炒，有些性急的人，打不散在鍋裡用鏟子切，這一切，把米都切碎了，所以飯如果黏成一團一塊時，等飯一見熱，再用鏟子慢慢捺兩下，自然就鬆散開了。炒飯不需要大油，可是飯要炒得透，要把飯粒炒得乒乓的響，才算大功告成，炒飯的蔥花一定要爆焦，雞蛋要先另外炒好，然後混在一起炒。

我一向對於雞蛋炒飯有特別愛好，所以每到一處地方，總要試一試廚子炒出來蛋炒飯是什麼滋味，早年家裡僱用廚師，試工的時候，試廚子手藝，就請他來碗雞蛋炒飯，大手筆的廚師，要先瞧瞧冷飯身骨如何，然後再炒，炒好了要潤而不膩，透不浮油，雞蛋老嫩適中，蔥花也得煸去生蔥氣味，才算通過。

年輕的時候，有一次到北平船板胡同匯文中學看運動會，在田徑場的西市犄角有個小食堂，據說那兒大師傅蝦片炒飯是一絕，試吃結果，紅墩墩的對蝦片，綠油油的莞豆米，襯上鵝黃鬆軟的一碗熱騰騰的蛋炒飯，吃到嘴裡，柔滑香醇，可稱名下無虛。也許年輕時，口味品級不高，認為這碗飯是吃炒飯中極品了。後來浪跡四方，對於這碗金羹玉飯，仍舊時常會縈迴腦際。渡海來台，一直在台北工作，後來奉調嘉義，於是三餐大成問題，幸虧有一隨從，是軍中退役伙食兵，只會雞蛋炒飯，豆腐湯，經過一番調教，炒飯漸得家門，從此立下了連吃七十幾頓蛋炒飯的紀錄，亡友徐廠長松青兄，是每天早餐雞蛋炒飯一盤，十餘年如一日，友朋中叫他炒飯大王，叫我炒飯專家，以我二人輝煌紀錄，確也當之無愧。

今年春天在台北住了好幾個月，每天要到汀州街一帶辦事，午飯就只有在附近小飯館解決，於是又恢復吃炒飯生涯，有些家飯爛如糜，也有黏成索飯的，最妙有一家小飯館，佈置裝潢都還雅靜，可是叫的蛋炒飯端上來，令人大吃一驚，碗麵鋪滿一層深綠色蔥花，蔥花之下是一層切得整整齊齊平行四邊形雞蛋，頂底下是油汪汪的一盅炒飯，這種炒飯叫「金玉滿堂」，金大概是指炒雞蛋，玉甬解釋是生蔥花。名稱雖然相符，一股生蔥大油味，直撲鼻端，雖然平素愛吃雞蛋炒飯的我，也只有望碗興嘆沒法下箸了。雞蛋炒飯，雖然是極平常的吃法，可是偏偏有若干千奇百怪的花樣，仔細想想，茫茫大千，凡百事物，莫不皆然，豈隻雞蛋炒飯一項呢！

第三篇 仙草冰

陳幸蕙

夏日的暑熱，總是一開始便密天匝地而來，不留餘地。挽著提籃上菜場的當兒，偶然見到仙草冰上市，就覺得那樣光潤烏沉的東西，是在為余光中的詩句「暑假剛開始，夏正年輕」做註腳。

的確，在島上小市民的生活裡，仙草冰早已成為「立夏」的標幟。當吹在臉上的風，不知不覺地溫暖起來；當穿在身上的衫子，不知不覺地薄得透明時，彷彿眾所週知的記號，仙草冰便陸陸續續在街頭出現了。儘管農業社會裡，種種古老的東西，都已經不合時宜地漸被淘汰，成為只能存在於記憶裡的古董。但即使是新奇討巧的冰淇淋捲大行其道的時刻，街頭巷尾，甚至每一個小康殷實的家裡，清淡雋永、市井風味的仙草冰還是被深深懷念著與喜愛著。

仙草冰說來，其實無香無味，它最大的特徵便在於它的色——墨黑，一種並不怎麼適宜在夏天出現的顏色。所有屬於夏日的色彩，似乎都應是明亮的、耀眼的、令人意興飛揚的，但仙草冰卻獨願把灼熱與煩躁都沉澱下來，凝固成那樣柔潤罕見的黑玉。也許正因為那樣近乎禪定的黑，寧靜得有如初夏之際最最清涼的一塊夜空，什麼也穿透不過，因此，心浮氣躁，什麼也把握不住的夏日裡，烏亮如玉的仙草冰，就格外令人產生一種沉靜的感覺了。而當你從小販手中，以最低的消費額把它買回來，放在透明的淺盅內，隨意用水果刀劃上幾劃，澆上一點化開的糖水，簡單製作的過程，就能產生一道非常實惠而充滿即興趣味的夏日小品來。

也許，仙草冰的整個好處，便在於這樣的不費力吧？

——你毫不費力地買回它、不費力地在陽臺的小几上料理它，也毫不費力地享受它停留在齒隙舌尖的感覺。那種入口之後，並無固定形狀，只是軟涼滑溜，自由激盪著唇舌的輕鬆，對任何人來說，都應是一樁特殊而有趣的飲食經驗。因此，吃仙草冰的人，絕沒有橫眉豎目或喋喋不休的；那是汗出如漿的夏日，一顆飛揚浮動的心，最近乎「止水」境界的平靜時刻。

長一輩的人，常喜歡說仙草冰可以「消暑祛渴」，而領略了仙草冰的好處以後，赤日炎天的盛夏，似乎就真的不那麼難以忍受了，因為走在街頭，只要看見仙草冰，我們就覺得自己徹頭徹尾地被敷上一帖清涼。

第四篇 牛肉麵

焦桐

聽說女人害喜，會忽然鍾愛或厭惡某種食物；我不知害了什麼，近半年來，常流浪街頭，到處找牛肉麵吃。若有幸遭遇一碗美味的麵，真想為它唱一夜的頌歌；如果不慎吃到難以下嚥的麵，則會沮喪好幾天。

台灣人從前曾將牛肉懸為一種禁忌，我從小就屢被告誡不准碰牛肉，牛肉麵究竟什麼時候在台灣普遍起來的？是隨國民政府到台灣的老兵所發揚的嗎？將牛肉加進麵裡是吃麵觀念的創舉，啟迪了台灣人的飲食習慣，開發味覺的探險領域，貢獻卓著。

我的牛肉麵啟蒙是高中時代，在高雄市鳳鳴廣播電台旁邊，每天夜裡會有一對姊妹把麵攤推到那裡，營業到深夜兩三點。她們和我的年齡相仿，好像還是學生身分，長得頗為清秀，也許是木訥，也許是疲倦，透露著憂鬱的形容。每天深夜，我總是推開正在讀的書，穿越一條窄巷來到她們面前，鄭重地點一碗牛肉湯麵。尤其是冬夜，我低頭吃麵，總會升起莫名的疼惜情緒，她們的功課不重嗎？她們的生活困苦嗎？她們站了一夜累不累？寒風令人覺得旁邊的鳳鳴電台資本家般地巨大，麵攤又特別渺小，這對姊妹則像安徒生筆下賣火柴的小女孩。

那對姊妹的牛肉麵在我的記憶裡不斷散發動人的滋味，複雜得宛如汪曾祺筆下的「黃油烙餅」，帶著我回到遙遠的時空。我可能耽溺於這種儀式般的宵夜想像裡，才會對牛肉麵情有獨鍾。

我每次吃牛肉麵，很遺憾，總會弄髒上衣。麵總是滑溜滑溜的，不免要從兩隻筷子間滑落，濺起湯汁，尤其是白襯衫，油污清楚。那窘狀彷彿走在台北的紅磚道上，冷不防會有污水從磚縫中濺上褲管。穿白襯衫是一種需要，吃麵也是一種需要，兩種需要應該取得和諧。細心的麵館老闆，應該多體貼客人，麵端上來之前，不妨先發一條圍兜防身。

一碗牛肉麵的屬性宛如一段旋律，我漸漸相信，天下美食都力臻於音樂的境界，通過身體的味覺和消化系統，使精神達到幸福的狀態，一碗高尚的牛肉麵常有著欲言又止的表情，某些難忘的地點，某些晨昏，某些掌故，某個人。

多年前，我開車在花蓮到台東的海岸公路上旅行，左邊是藍得令人驚慌的太平洋，右邊是忽然拔高的海岸山脈，和雲端的中央山脈群峰。接近台東的路上，開始出現「台灣牛黃牛肉麵」的廣告看板，提醒過路人進去歇歇腳。這家店窗明几淨，老闆在牆上懸掛著好幾張女兒的大學畢業照，放大裱框，我記得好像有三個女兒，都婷婷玉立，老闆一定很疼愛他的女兒，並為她們的優秀感到驕傲。我懷念那段旅行，在山海之間吃牛肉麵，那碗「台灣牛」除了以壯麗秀美的山水作為吃麵情境，烘托客觀的香味，還摻進了親情的熱度，使那碗麵如一首美好的抒情歌，令食客感動。啊，真好吃。

第五篇 潮州魚翅

林文月

從前，若有人問最愛吃的菜餚是什麼？我會毫不猶疑地回答：「潮州魚翅。」那種濃鬱而細緻的口感味覺，即使在美不勝收的中國南北佳餚裡，也應該可以算得上是人間美味之首的吧。後來，因為喜愛吃而自己漸漸琢磨，稍有心得之後，我的興趣卻轉而變成調製的過程，甚至於在乎別人享用我的手藝方麵；相對的，自己往往隻是用心於嘗試味道鹹淡稠稀，吃食享用的樂趣反倒變得不是那麼重要了。

雖然現今市麵上賣南北貨的店裡，有裝在塑膠袋內發好的魚翅，可以省卻很多工夫，但我還是喜歡選擇乾魚翅自己煮發的老方法。我認為自己煮發的魚翅，比較沒有腥氣。台灣的乾魚翅價錢非常貴，我以前有機會到香港，總會順便去銅鑼灣或旺角一帶買一些回台灣。通常一袋內裝有大小相若者十數片，如果宴請一桌，十位至十二位客人，我會取出一半，而將剩餘的一半另外再用塑膠袋封緊，藏於冰箱冷凍庫之中。次日早上，將那一大鍋有腥味的冷水倒去，再注入大約七分滿的冷水，並加進大約一湯匙的紹興酒，以及數片薑。用大火把鍋內的水燒煮到快要沸騰時，即改用文火，以免魚翅因溫度過高而捲縮起來，等水麵冒泡即將滾開時，便可以關熄爐火，讓魚翅在緊蓋著鍋蓋的熱水中浸泡到水自然冷卻。這便是第一次發魚翅。其時間因季節而異，冬天約須二小時餘，夏天則稍久。

待鍋內水完全冷卻後，打開鍋蓋，倒去大部分的水，再注入新鮮的水，仍保持七分滿的水量。倒出去的水，尚有相當濃重的腥味，所以第二鍋水中不妨酌量再加些酒和薑；然後再依第一次煮發的方法，進行第二次的發魚翅。如是者三次，才算煮發完畢。這三次發魚翅，幾乎耗費自晨至昏大半天的工夫，或許令人感到不耐煩；但文學藝術之經營，不也需時耗神費工夫的嗎？如果你能以藝術之經營看待烹飪，則這半天的工夫就算不了什麼了。我有一次偷懶，隻發了兩次魚翅，結果燉燒出來的作品，腥氣未能盡去，而且翅絲也頗嫌僵硬，可謂前功盡棄、因小失大！

有一段時間，我也時時邀約台靜農先生和孔德成先生。兩位老師都是美食家，故烹調之際便也格外用心。每當有魚翅這一道菜上桌時，孔先生總是站起來對我舉杯說：「魚翅上桌，我們要特別謝謝女主人！」而台先生和其他作陪的同桌友朋也都會紛紛起身舉杯。宴客的樂趣，其實往往在於飲膳間的許多細瑣記憶當中。歲月流逝，人事已非，有一些往事卻彌久而溫馨，令我難以忘懷。

第六篇 台灣肉粽

林文月

年輕時候記得長輩們常常對我們姐妹說：「女孩子要會蒸糕、包粽子，才能嫁人。」大概是從我在上海的童年，直到台北的少女時期吧，每逢年過節，總有長輩之中的什麼人在我耳根這樣子絮叨。那時候懵懂未明，對於男婚女嫁一類事理似懂未懂，最怕聽到別人提及長大要嫁人的話，不免有「掩耳每不喜」的心理反應。

父親的籍貫是彰化縣北斗鎮，母親是道地的府城台南人，我們的家卻從來也沒有在北斗及台南住過一天，總是在上海、東京，乃至於台北諸大都市漂泊著，不過，母親倒是無論在何地都讓我們嘗食著家鄉的口味，所以我們在成長的過程中，對於家鄉每每有一種遙迢的嚮往。又或者竟是透過味覺的尋求，我們依稀曾擁有過屬於心靈的家鄉的吧。

我清楚地記得，在上海日本租界的虹口江灣路，雖然我們不諳台語，只會講日本話和上海話，到了農曆五月季節，母親總是會不知從什麼地方弄來一大堆闊大的竹葉，用滬語指揮著兩個娘姨洗曬葉子，再用糯米包裹葷素各種餡料，製成美味的肉粽。那種內容豐饒多變化的鹹粽子，顯然與上海人喜食的隻包裹一塊五花肉的粽子不同。娘姨們在我家住久後，也漸漸習慣我們的粽子，而不得不承認此勝於彼了。至於年幼的我們，一邊解開香膩的竹葉，心裡便充滿著好奇與期待。一口咬下去，吃到了肉塊，再一口咬下去，又吃到了香菇或蝦米……；那種口腹之饜足與心情的興奮，便即是節慶的歡愉；而如今回想起來，則又羈雜著許多人與事的記憶。流水一般逝去不回的記憶，竟又帶給我甜蜜中羈和著感傷的複雜情緒！

我開始參與家裡的包粽子工作，是在搬回來台灣以後。當時的我已進入中學，於讀書之餘，也逐漸對女紅烹飪一類家事有些興趣了，但家中一直僱有兩個女傭，所以也無甚機會進入廚房；惟端午包粽，往往需要勞師動眾，姐妹之中稍長者，總要被分派擔任一些工作。初時做一些傳遞竹葉一類較次要的工作，待累積三兩年經驗以後，始得真正學習包裹粽子。家裡人多，母親又往往在佳節分贈這種時鮮給親戚或父親公司裡的職員，所以每年端午節前三數日開始，家裡就會瀰漫一種帶有竹葉清香而復又濃鬱的節日氣氛。雖然事隔多年，物事已非，隻要閉目思往，那種熱鬧景象，乃至於撲鼻襲人的香味，總依稀可見可聞。

第七篇 紅蘿蔔蛋糕

蔡珠兒

天氣涼下來，想烤個紅蘿蔔蛋糕。拿出雞蛋、紅蘿蔔，秤了奶油，量了紅糖和自發麵粉，倒出核桃和葡萄乾，切了一個橙子，剝出半條香草莢。還沒動手，色香已悄然在廚房流溢，甜點總是讓人快樂。然而有種酸苦，涔涔從心底滲出。做紅蘿蔔蛋糕，又讓我想起媽媽，雖然她從沒烤過任何糕點，這也不是我記憶裡的家庭滋味，然而去年冬天媽媽病逝後，我竟是靠著它，熬過最困難的時光。

食譜是某人給我的。有天去她家玩，她剛烤好一大盤紅蘿蔔蛋糕，肉質厚實濃郁，充滿乾果香，熱情樸拙有田園風味，不像一般的粗淡甜膩。我向她學了做法，回家後興致勃勃做起來，初學上手躊躇志滿，一連烤了幾次，沉浸在穠麗的甜香裡。

有一晚我又在烤蛋糕，忽然接到妹妹的電話，糖尿病纏身多年的媽媽，突然衰竭休克，送進了加護病房。翌日我趕回臺北，和妹妹弟弟在醫院守候了七個日夜，深度昏迷的媽媽始終沒有醒來，然而當我緊握她的手，她的右眼不斷流出淚來，醫生跟我們說她已腦死，但他無法解釋淚水由何而生。等到淚水逐漸乾涸停止，在一個陰寒徹骨的雨夜，媽媽終於走了。

回到香港後，我並不特別悲傷，只覺得空蕩，呆滯，茫茫然。於是又開始做紅蘿蔔蛋糕。把紅蘿蔔洗淨削皮，一根根刨成絲，空蕩蕩的時候最宜勞動，刨了許久都不手痠。

媽媽消失了，但我感覺不到消失於何處，分不清日子和以前有什麼兩樣；我早已習慣沒有媽媽的生活，沒人可以撒嬌，訴苦，商量。從我八歲那年，爸媽就開始熱衷宗教，總是風塵僕僕，奔走於道場、法會和教友之間，不見人影，撂下家裡幾個孩子自力更生，我很早就學會煮飯，站在椅子上炒菜。

媽媽喜歡做菜，她把這遺傳給我。上百個教友聚會，媽媽巧手燒出獅子頭、燻火腿、枸杞海鰻、滷豬腳和麻油雞，全都是素的。然而家裡的飯桌上，她只馬虎炒碟蕪菜，舀點醃薑醬筍，再拼湊些發黑的剩菜。她刻苦儉省，認為此生只是過渡，湊合著塞飽就算，到了彼岸自有福享。這深深傷害了我。為了平反，成年後我對吃飯異常執著，講究烹燒和搭配，注意情調和儀節，絕不遷過苟且。我要向寡淡無味的童年伙食報復。

把核桃、葡萄乾和香草汁拌入麵糊，倒進抹油的烤盤，放入烤箱。豐美的香味源源泌出，由鼻而心灌滿空蕩的體腔，我並沒有挨餓，然而味蕾長期貧瘠荒涼，缺乏滋沃的熱量，使得心靈軟弱瘀傷。四十五分鐘後熄火，取出蛋糕，熱香狂恣流竄。多年以後，我才逐漸察覺，不識字的媽媽，在宗教裡傾洩她對人生的熱情，一如我對文字的痴戀。在失職的母親和自私的女兒之間，諒解是多餘的，但她汨汨的淚水裡，我知道她原諒了我。在夢裡，我烤了紅蘿蔔蛋糕給媽媽吃，豐潤厚實，暖熱噴香，我說，媽媽，妳沒有給我的，我自己做到了。