

15-21 完全滿足：臺灣小吃

吳清和
「為小吃走天涯」作者

「呷飽沒？」是臺灣人很有意思的見面打招呼方式，洋溢著滿滿的人情味。如果你去找人家，看到對方正在吃飯，再重要的事也得琢磨一下是否要打攪人家，因為「吃飯皇帝大」，最好等一下再和對方說話，免得讓人家吃飯的節奏受到干擾，影響消化。

而怎麼吃？到哪裡吃好吃的，一般人幾乎都有屬於自己的菜單或餐廳，就算出門在外，在臺灣幾乎24小時都不愁沒吃的。

臺灣，或許在政治上、經濟上有人不滿意，但提起吃的，我很有把握的說：絕對滿足每一個人。

說吃，在臺灣是個個有本吃經，說都說不完。

壹、滷肉飯無疑是全臺灣人都吃過的。

2010年7月14日下午4點20分，和平東路捷運六張犁站前，往西的方向有一條自由車隊的長龍，漫長的車隊一直到新生南路口，騎機車的我在大安森林公園等候紅綠燈時，可能是我對他們的好奇寫在臉上，被他們車隊的領頭者示意要我暫停。

很顯然問我話的人是這個車隊的領隊，被防曬衣褲包得密密麻麻的他，先問

我在哪裡看到他們的車隊，得知車隊拉得很長後，領隊決定等後面隊友拉近距離後才繼續前進，遂要先到的隊友到大安公園旁的人行道等待。

經我詢問，原來他們的車隊在6天前從臺南市逆時鐘方向出發，預計利用9天繞臺灣一圈，總共58人，很幸運，他們一路都沒發生狀況。

「你們這麼多人，」我問道：「怎麼吃？」

「哈哈！臺灣是美食之島，走到哪裡，吃到哪裡，福氣啦！」

一點都沒錯，臺灣絕對是個「美食之島」，各縣市、各區，幾乎都有菜市場，到處都有餐廳，這還不祇說明臺灣是個「美食之島」，臺灣島內到處都有讓人垂涎欲滴的夜市，從黃昏到夜靜人散，細算一下，至少有89個夜市同時把各自的葷素美食端到老饕的面前供選。

生在臺灣，真有吃福。

而這一支車隊到臺北的晚餐，正是鎖定臺北萬華的「華西街夜市」，由於我在華西街夜市出入數十年的時間，便雞婆的形容華西街夜市有些什麼，那位領隊見我古道熱腸，順口問了一下「有肉燥飯嗎？」

這下我笑了起來，臺北人對所謂的「肉燥飯」，可能搞不懂是什麼，其實「肉燥飯」便是臺北人口中的「滷肉飯」，也就是肉剁碎了那一種。而更有意思的，南部人的「滷肉飯」卻是臺北人的「控肉飯」，也就是整塊肉的那一種。

而華西街夜市裡的「大鼎肉羹」，便有南部人同樣百吃不厭的「肉燥飯」，1碗肉燥飯加一碗羹，100元找10元，如果還不過癮，剝骨鵝肉、蝦仁羹、擔仔麵、刈包、四神湯、蛋包飯、排骨湯、黑輪、魷魚…，就在附近呼喚，踏進臺灣任何一個夜市，祇要口袋有2、300元，鐵定吃到撐。

「那你們臺北哪裡的滷肉飯(整塊的)好吃？」

我推薦臺北市漢口街2段25號的「黃記控肉飯」，已經是第二代掌家的「黃記控肉飯」，11年前從臺北市立體停車場搬到漢口街後，接手的兒子一樣遵照臺式古法製作，每塊控肉晶瑩剔透，肥瘦有緻，入口即化，肉和飯之間還配菜有高麗菜、酸菜以及一片醃蘿蔔，真是色香味俱全，而且還附味噌或者蘿蔔湯一碗，一份才70元。

說著說著，落在後面的隊友已經紛紛追上，當我想離開時，那位姓陳的領隊硬是要我等一下才走，陳領隊向後到的隊友說了華西街夜市的大概後，又說了「黃記控肉飯」，陳領隊建議他們團隊先到漢口街「黃記控肉飯」，食量大的可以先吃一碗，食量小的則兩人一碗，然後再到華西街夜市「點ㄝ、點ㄝ」(臺語，意為吃一點點，多吃幾樣)，經大家附和後，陳領

隊塞給我2,100元，他拜託我先騎機車去預定30份，他們隨後就到。

盛情難卻，領命先行，「黃記控肉飯」老闆對30份一點也不覺得多，黃老闆氣定神閒的說，他幾乎每天準備上百份便當，30份小case，果然如訴，他家人1人盛飯、1人夾肉和鋪菜，都快弄完了，車隊已經殺到，大夥二話不說，或1人吃1碗、或2人吃1碗、或2、3人吃1碗，不到幾分鐘，碗碗見底，陳領隊一聲「大家華西街夜市見」，霎那間，58人自由車隊已經消失在漢口街，從中華路向華西街挺進。

「一塊走吧！」陳領隊邀我同行，難得的奇遇，我跟著到華西街，這下我終於知道他們58人當中，41男、17女，這58人不是老師便是學校職員，大家都是自由車同好，陳領隊說，他們這是第3次集體離開大臺南的數日遊，大家的配合度(有人說是服從性)一致，都是白天一直騎，中午祇休息1個小時，休息時，祇喝水和吃簡易乾糧，晚餐則都選定各地夜市，因為祇有夜市的小吃，才能讓他們數十個人各自「伴」著自由車(車不離人，怕被偷)，一攤吃過一攤，隨己意吃到飽，然後趁天黑之前，騎到較偏僻的地方住下來，因為離開鬧區的住宿較便宜，自由車也比較好集中管理。

這支車隊在華西街待約30分鐘，便往預定投宿的板橋出發，夏天晝長，此時不過下午5點40分而已，陳領隊說，下班時間車多，萬華過橋便是板橋，住在板橋總比臺北便宜，獲得這個經驗，受教了。

臨別前，一位家在臺中的李老師向我

說「下次來臺中，我帶你去吃『李海』和『魚皮李』，不比你們臺北遜色。」

提起位在臺中興中街52號的「李海滷肉飯」以及傍晚才營業的臺中第二市場「魚皮李魯肉飯」，那可是我一點也不敢輕忽的滷肉飯，米飯夠Q，滷汁香濃不膩，入口的甜味，祇有臺北的財神臺南擔仔麵(臺北市松山區新中街6巷1號)的滷肉飯足以比美。

目送這支自由車隊後，我在想，是什麼因素讓我和這58人結緣？想到居然是滷肉飯後，一陣大笑，太開心了。

滷肉飯，我敢這麼說，全臺灣的住民，除了茹素者和因為宗教而不吃豬肉者之外，絕對都吃過滷肉飯，滷肉飯便宜、好吃、易飽、方便，滷肉飯配許多菜都相宜，可虱目魚、可三層肉、可甜不辣、可各種青菜、可白豆腐沾醬油膏、可油豆腐、可香腸、可雞肉…1碗滷肉飯在手，配菜千萬種，但切記不要因為好入口而多吃，滷肉飯畢竟多油啊！

吃滷肉飯一輩子了，好像祇在社教館對面市場裡吃過一家不好吃的滷肉飯，那天吃的很洩氣，要把滷肉飯煮到被批評，還真不簡單，歸其因，不是滷肉汁出問題，是飯出問題，那家被報導過多次的店，一定是買到不好的米(貪便宜?)，飯入口像是在嚼柴，很不舒服，那天是我一生中第一次祇吃兩口滷肉飯便離席的經驗。唉！要吃到不好吃的滷肉飯，好像比中大樂透還難，偏偏我遇到一次，但卻中不到大樂透。

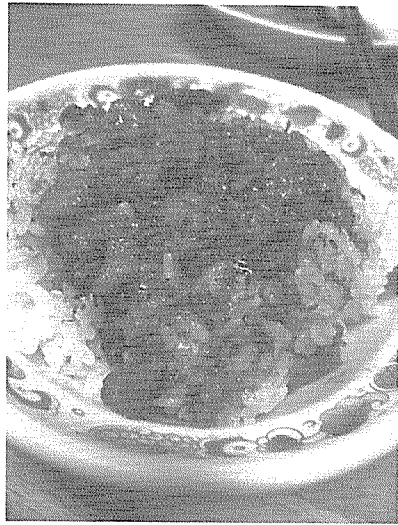


圖 1 財神滷肉飯

貳、上午要買醉 去涼州街

藝人趙舜是我的好友，他的一生充滿傳奇，最傳奇的是他把中風當家常便飯，媒體報導他中過3次風，其實還有2次微中風沒被列入紀錄，換句話，趙舜中過5次風，要不是他天生樂觀，中風帶給一般人的身體不便，早已把他打垮了。

記得他在2007年第4次中風後(媒體報導是第2次)，奇蹟般的祇住了3個月的醫院便出院，他聽從醫生的交待，吃了半年素，結果因為「營養不良」，醫生準他爾後一天當中可以一餐吃葷，但不能太猛。

一天一葷，這對趙舜而言，簡直比洞房花燭夜、他鄉遇故知還高興，我有幸被他呼喚陪吃他將近300天不知肉味的慶祝，因為不能太猛，趙舜帶我去臺北市大稻埕的涼州街，當時不過是早上10點，但是涼州街慈聖宮(又叫媽祖宮)前的早市已經炊煙裊裊，趙舜選擇四神湯做為「開葷」慶，這家四神湯除了中藥材之外，有豬腸、豬肚、粉腸，乾、湯皆可。

上午10點，坦白說，並不怎麼餓，但是這家四神湯的湯頭實在香醇，腸子夠軟，吃上1、2碗也不覺得膩，吃啊、聊的，不到11點，放眼過去，居然已經有好幾位老先生在慈聖宮附近搖搖晃晃，不用懷疑，他們已經喝醉了，但每一位有酒意的老先生，看來都快樂十足，趙舜形容那是「生活滿足」的表徵，想想，有道理，能夠在午前酒足飯飽，世上能有幾人？這種日子不是有錢又有閒的人，是不夠資格過的。尤讓我欽羨的，是他們午醉醒來無一事，這是人間過日子的高境界，我還不夠資格，祇能慕情了。

但這種氣氛，我非常喜歡，喜歡這裡的悠閒、喜歡這裡的和諧、喜歡這裡的商家，而最重要的，這裡到處是美食。

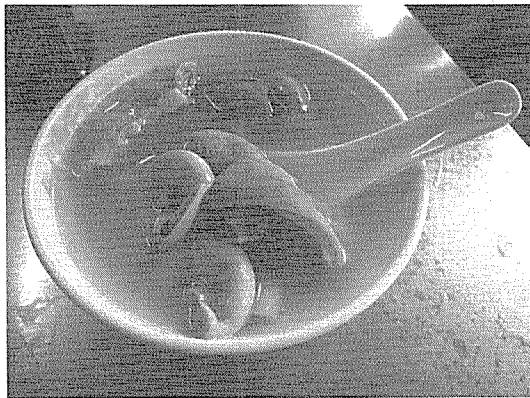


圖 2 涼州街四神湯

到涼州街吃東西是種享受，你看看這裡的食物：有肉粥配炸紅糟肉、蝦仁和蚵仔，還有豬肝及鰻魚，要不然便是燙魷魚、豬腳麵線，這樣的「混搭」，幾次下來，美食當前，不喝上兩杯，此事古難全啊！



圖 3 涼州街早市

而想要一嚐白天喝酒滋味者，涼州街的鯊魚煙是我的鄭重推薦，你可以自己帶酒去，也可以喝店家的配酒(不告訴你是什麼配的，去了就知道)，但是涼州街的鯊魚煙卻有著不為人道的故事。

涼州街上距離不到50公尺，有兩家在賣沙魚煙，涼州街1號是叫做「鯊魚堅」，涼州街34號叫作「阿華鯊魚」，就算你是絕對口感者，也難分辨這兩家賣的鯊魚煙有什麼不一樣，鯊魚肚、鯊魚腸、鯊魚肉、鯊魚眼等等，舉凡鯊魚都有，這兩家店的鯊魚煙，好吃度幾乎都一樣，但你如果問他們這兩家店的人有沒有關係，答案很有意思，我不說，讓各位自己去問，問不出來，趕快煞車，不要問下去了，免得破壞氣氛。

其實，這兩家關係匪淺，如果有幸問到在「阿華鯊魚」店面切鯊魚的那位美女，她情緒好的話，或許會簡單的回答「鯊魚堅」的老闆和她是什麼關係，再來，可問不出什麼名堂了。

我之所以知道，那是我吃了數十年鯊魚煙的經驗。當然啦！兩家的關係干我何事？叫一盤鯊魚煙，再來一杯店家的配

酒，包準你比吳念真還有情趣，這種情趣應祇天上有，父應傳子、母應教女、男友應敬女友、女友應謝男友，吃慢一點，滋味太好了！有空快去！

對了，臨離開涼州街前，如果你看到那攤賣菜燕的，建議你一定要買兩個現吃，一來解油膩，二來醒醒酒，冰過的更棒，當最後一口菜燕下肚時，你一定會告訴自己：我定再來。



圖 4 阿華鯊魚煙



圖 5 阿堅鯊魚煙

參、白斬雞入肚 我是貴族

1997年3月我到上海開會，當時的主其事者爲了擺闊，有一餐請大家吃魚翅，好大的一碗，請客的人要我們先用魚翅湯「漱漱口」，當時，吃得我心裡很不是滋味，我不是什麼聖人，但要我「用魚翅湯漱口」，這話口氣太大了，所幸漱口之後，來了一道上海道地的「三黃雞」，這才讓我覺得舒坦起來。

所謂「三黃雞」的三黃是指雞的黃羽、黃喙與黃腳，此外還要求皮膚也是黃的，這種雞肉質嫩滑，皮脆骨軟，脂肪豐滿和味道鮮美。說穿了，「三黃雞」和臺灣的「白斬雞」是一樣的。

「三黃雞」也好，「白斬雞」也罷，之於我，或水煮、或鍋蒸的雞，切過之後，沾一點醬料，那是度過苦日子的我輩們的「聖品」。

生於50年代的我，當時臺灣正值「1年準備，2年反攻，3年掃蕩，5年成功」時期，但種種跡象是「機會不再，沒有希望」，這才讓當時的政治強人決定建設臺灣。

首先被蔣中正扶植的臺灣人之一：謝東閔(1908年1月25日－2001年4月8日)，在他擔任臺灣省政府省議會第三屆議長(1963-1968)期間，謝氏發起「家庭即工廠」的口號，他呼籲臺灣住民在自家多從事勞動，一則增加家庭收入，二則爲國家增加一點外匯。

於是，當時許多家裡充滿加工品或養了許多家禽，遵行者，從開始到見到成效，頂多1、2年的時間，比起從前，家庭

收入增加了，教育機會增加了，生活品質改善了，臺灣住民的尊嚴提高了，這都是「家庭即工廠」的庇蔭。

我家便是靠家的2樓小閣樓養雞、母親在1樓開燙髮院，這才使得日子一天比一天好過。而養雞和開燙髮院則又息息相關，燙髮院總共請了4位員工，連我家5口，食指浩繁，我父親爲了餐桌上有魚有肉，動起了養雞念頭，一養便是2、30隻，舉凡土雞、來亨雞、烏骨雞都有，其中來亨雞很會生蛋，其它則是養來祭五臟腑。

不用半年的時間，雞隻便可長到約5臺斤(3公斤)左右，於是，家裡餐桌上不時都有香甜的白斬雞上桌，養的雞，最多時候居然多達百隻，家裡附近的一些攤商，常常訂貨，奉行家庭即工廠不到2年，我家不但脫貧，甚至在日後原地重建成5層樓，靠的便是多年養雞所致。

因此，白斬雞一直被我個人視爲餐桌上的聖品，這道作法相當簡單的料理，同樣在臺灣各地可見，有賣白斬雞的店或餐廳，說來有趣，基本上生意都不錯，白斬雞除了傳出雞瘟或打抗生素讓人暫時爲之卻步之外，幾乎都是那家店或餐廳的主項，例如在天母棒球場對面的金蓬萊餐廳(臺北市士林區天母東路101號)、趙時機臺南擔仔麵(臺北市大安區通安街83號1F/B1)打響招牌的便是白斬雞，去這兩家店點白斬雞，最好先打電話詢問一下，免得撲空沒吃到白斬雞。不過，這兩家店的其它臺灣料理，絕對可以暫時消弭吃不到白斬雞的遺憾。



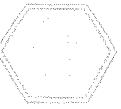
圖 6 趙時機白斬雞

如果您是白斬雞的信徒，臺北市有一家專門賣白雞的小店叫做「施福建好吃雞肉」位在臺北市萬華區環河南路1段25巷2號，這家開了近40年的店，雞肉相當踏實，肉祇有淋上醬油膏而已，但是客人絡繹不絕。在這家店裡的員工都是工作超過20年以上，這家店的客人幾乎都有一個共同點，吃任何東西都不太愛講話，多年觀察的心得，這家店的食物非常好吃，即使一桌客人都是朋友，也甚少話說個不停，話說多了，雞肉絕對少吃好幾塊。

「施福建好吃雞肉」還有下水湯和雞油飯，一碗都祇賣10元而已，如果客人沒點下水湯，店家會主動奉送一碗免費的雞湯，你想喝幾碗有當歸味道的雞湯，沒問題，自己倒都可以。

一桌4人，點3/4隻雞，各吃兩碗雞油飯，你道多少錢？新臺幣600元有找。

「施福建好吃雞肉」每天的營業時間不長，祇到下午4點便收攤了，雞肉絕對天天賣光光，店面不大，兩位負責切雞肉



的師傅，很客氣，放八百個心，進去吃就對了。



圖 7 施福建好吃雞肉

肆、吃熟悉的店 吃排隊的店

自從「涎香小館」老闆朱家樂比我們早成仙後，台北便少了一家老饕的聚會所，老朱所煮的魚和鬼才牛肉，問世間還有嗎？懇請知者相告知，在和信醫院看到老朱，心痛的是他藥石罔效，曾問他有傳人嗎？他落寞的告訴我：好吃的店一定是熟悉的店，因為習慣了；好吃的店，通常吃飯時間都是排隊，因為可以等到美食。

這是朱家樂對好吃的定義，僅此奉送各位。

