

五南出版

掌慶琳

林芳琦

謝旭初

編著

竹籬笆裡的 飯菜香

充滿幸福溫度的
眷村菜



掌慶琳
林芳琦
謝旭初

編著

竹籬笆裡的 飯菜香

充滿幸福溫度的
眷村菜



國立高雄餐旅大學

五南圖書出版公司 印行

本書經「國立高雄餐旅大學教學發展中心」學術審查通過出版

國家圖書館出版品預行編目資料

竹籬笆裡的飯菜香：充滿幸福溫度的眷村菜／謝
旭初、林芳琦、掌慶琳編著，——初版，——臺
北市：五南，2015，12

面：公分

ISBN 978-957-11-8437-1（平裝）

1. 飲食風俗 2. 眷村 3. 食譜 4. 臺灣

538.7833

104026347



1LA1

竹籬笆裡的飯菜香—— 充滿幸福溫度的眷村菜

作 者 — 謝旭初、林芳琦、掌慶琳

出 版 者 — 國立高雄餐旅大學 (NKUHT Press)

封面設計 — 羅香塔設計工作室

總 經 銷：五南圖書出版股份有限公司

地 址：106 台北市大安區和平東路二段339號4樓

電 話：(02)2705-5066 傳 真：(02)2706-6100

網 址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：chiefed7@wunan.com.tw

劃撥帳號：01068953

戶 名：五南圖書出版股份有限公司

法律顧問 林勝安律師事務所 林勝安律師

出版日期 2015年12月初版一刷

定 價 新臺幣330元

GPN：1010402738

ISBN：978-957-11-8437-1

※版權所有，欲利用本書內容，必須徵求本公司同意※



編輯大意

「眷村」曾經是臺灣指標性的族群生活空間，許多艱困耕耘、發奮報國、團結合作、相互提攜的生活歷程都曾在眷村發生，雖然辛苦卻也多姿多彩，寫下臺灣傳奇的一頁。儘管眷村生活圈已日漸式微，但眷村生活型態與文化精神卻令後人懷念與追隨；其中，「眷村菜」因為貼近生活，而更顯容易實踐，本書的作者群基於這樣的一種文化傳承理念，開啓了撰寫本書的想法。

本書的鋪陳上希望能以循序漸進的方式，使讀者透過第一單元「眷村的樣貌」，先由認識甚麼是眷村開始，進而了解眷村在哪裡，以及眷村的生活；之後，進入第二單元「眷村的飲食生活」，這個單元會真正進入探討眷村居民的飲食，首先，由眷村居民的食材來源開始介紹，再說明甚麼是眷村菜，眷村菜如何形成；初始的認識眷村菜後，第三單元「啊，這就是眷村菜！」將更細緻的介紹眷村居民的主食，日常生活與非常生活的飲食內容、特色和差異，與眷村菜口味的轉化，和眷村菜最重要的精神一融合；第四單元「手做眷村菜」，則特別介紹幾道眷村家庭餐桌上時常出現的菜餚，透過故事與食譜，讓眷村菜更生活化，也期望讀者能從中體驗動手做眷村菜的樂趣，並透過品味感受當時眷村生活的美好。

由於過去少見以專書的形式介紹眷村菜的書籍，且也多半未清楚說明何謂眷村菜；因此，本書關於眷村菜的內容，全都經由文獻資料整理分析，再運用焦點團體與深度訪談等研究方法，先萃取出眷村菜的概念與脈絡，再整理出眷村菜的特色、口味、作法等。

當年，第一代的眷村居民們因戰亂來到臺灣，居民的構成來自大江南北，口味自然迥異，且早期生活水準遠不如現今富裕，家庭人口多而軍餉少的情形下，許多的眷村媽媽如何以廉價的食材，做出一道道令人回味無窮的料理，以填飽家中一家老小的肚子，成了當時眷村媽媽們每天生活都必須面對的課題；尤其，因為眷村生

活貧乏，通常都以手邊現有食材來烹調：配給黃豆，就燒黃豆豬皮；配給麵粉，就包餃子；家門前種的菜成熟了，就炒來吃，不夠味再加點醬油或辣椒；遇到颱風天則炒銀芽。彷彿眷村媽媽們總能像魔術師一樣，運用手邊僅有的食材變出一桌子的美味，尤其這些令人垂涎的佳餚已打破傳統家族的沿襲，而是由左右鄰舍的口耳相傳、相互學習而得；眷村媽媽們也善於以習得的手藝招待前來的客人，更樂於與鄰居好友們一同享用。隨著經濟的興起，眷村菜的食材與調味獲得更廣泛的運用，呈現更多元的樣貌，為飲食生活提供更多樣化的選擇；而眷村菜因環境背景所產生的「融合」特質，使眷村菜成為「臺灣飲食界的特有種」，已為臺灣的飲食文化寫下斬新的一頁。

為呼應眷村生活裡那種「竹籬笆味道」甚濃的人情味，與互助分享的精神，在眷村即將拆遷殆盡，眷村精神文化日漸式微之際，我們冀望本書的出版能為眷村文化的推廣與傳承盡一份微薄的心力。

作者群謹識
國立高雄餐旅大學
中華民國104年12月2日



作者序

在臺中，就是住在空軍眷村的對街，0歲到11歲，搬了家，11歲到36歲，對街還是有著另一個空軍眷村，在新竹就了業，附近竟也是空軍基地。雖然不是來自眷村，卻也有眷村生活的深刻體驗，從稚齡、小學、國中、高中，一直到大學時代，來到產業界，輾轉到教育界服務，眷村都還是生活經驗的一部分，有兒時的玩伴，有同學、有同事，有玩耍的記憶，有結群打架的刺激經驗，有同事經營的情感，尤其，眷村美食的永恆回味更是凌駕在所有眷村生活回憶之上，構成前半輩子最深刻的記憶。

因為眷念著小學時眷村高同學的媽媽（高媽媽）高超眷村菜的烹調技藝，所以對眷村菜有著高度的認同感，稍長，到了另一個眷村，幸運結識了老奶奶（我們都稱他老奶奶，不知其姓名），也常在她府上廝混，充分享受了道地的眷村手藝，就了業，同事竹生兄，更是眷村菜練家子。前半生何其有幸，享受著眷村風味的滋潤，現在，該是回饋的時候了；整理小時候的記憶，將記憶化作細細的品嚐，將經歷過的眷村生活點滴及眷村美食，結合了芳琦整理的眷村文獻資料及研究，運用習得的烹調技藝，還原曾有的眷村風華，並將傳統眷村美食一道道的呈現。

在國際學院掌院長慶琳的鼓舞下，芳琦先進的贊助下，仨人合作編著了《竹籬笆裡的飯菜香——充滿幸福溫度的眷村菜》一書，也感謝國立高雄餐旅大學的獎助計畫，承諸多好友的友情贊助與指引，完成了這本書，願它是個開端，願有更多的有心人，挖掘更多的眷村優良傳統與美味佳餚，讓眷村精神永遠不滅。

飲食之先，在意境欣賞，欣喜而神往之，再見豐饒，得心領而神會，人生至樂也，尤於傳統復刻，有學風、談民生、慶團圓，更有舒心志、展鴻圖、益社會之企圖，眷村飲食中，享意境，眾人得享，今於高雄餐旅大學賀享之！

想擴及全民，望結緣諸位前輩先進，能賜眷村敘事之竹籬笆裡的飯菜香之指引

諍言，並同享眷村菜之美味內涵，廣及社會每個家庭，與本校師生共享這竹籬笆裡的飯菜香氣，或許也能依此意境，展現每個家庭的優越廚藝，得到舉國皆樂眷村菜的境界，是旭初所願！

謝旭初

於國立高雄餐旅大學
中華民國104年12月2日



作者序

車行進入一個寫著「自立新村」的大門，首先映入眼簾的是一個大大的圓環，圓環中央矗立著過去的領袖塑像，所有的人車都得繞著圓環走一小段才能通往各自回家的路；村內的格局十分對稱，是一座軍醫院改建的眷村，路的兩邊種植許多不畏海風的木麻黃。行經籃球場後，有戶人家的紅色大門邊的小花圃開滿了天人菊、日日春、太陽花，還有許多不知名的小植物，這片小花圃的後面是一整面的空心磚牆，越過空心磚牆，牆內種了兩株木瓜樹，樹下還種了些小白菜、辣椒和綠豆。有人從隔壁端了盤香氣四溢的蔥油餅走了進去；不久後，屋內傳出朗朗的笑聲和說話聲，有三個小女孩和一個小男孩從屋內衝出來，大喊「我們要去抓金龜子囉！」喔，那其中一個小女孩是我……。

在童年的記憶中，印象最深刻的莫過於是住在眷村的那段時光，雖然居住在眷村的時間不長，卻依稀記得在村裡生活的點點滴滴，那絕對稱得上是一段有笑有淚的兒時回憶。長大後的某天，行經臺南的一處國宅，有個小攤，一個老媽媽正桿著餅皮，鍋裡的蔥油餅和煎油滋滋作響，我身體一偏，深吸一口氣，眼往鍋裡一瞪，「啊，就是這個香味，就是長這個樣子，好懷念啊！」拿到蔥油餅，顧不得剛起鍋的熱度就大口咬下，蔥香伴著麵粉香從嘴裡化開，我想起了在海島眷村的日子，隔壁高媽媽的蔥油餅最是令人回味，而正在咀嚼的蔥油餅就如同高媽媽的手藝，是我最喜愛的滋味；只不過，在搬離眷村後，我就再也沒遇過這樣的好味道了！

因為懷念眷村的飲食生活，開始留心市場上打著眷村名號的各式美食小吃，吃著吃著，不經自問：「什麼是眷村菜？眷村菜是什麼樣貌？吃起來是什麼味道？有道地眷村菜嗎？」為了一解內心的疑惑，透過焦點團體與深度訪談數十位眷村菜餐廳業者、眷村居民與記者，將眷村菜作了初探性的研究；也因為這個研究何其有幸認識謝旭初老師，與我的指導教授掌慶琳老師，由於他們的無私與奉獻使本書得以

完成，也感謝所有的受訪者，以及為眷村文化、眷村美食的傳承與推廣默默努力的所有朋友們！

願以此書為臺灣的飲食文化留下歷史的刻痕！

林芳琦



作者序

我來自於一個南北合的家庭，也是所謂的芋仔番薯。但是，自記憶以來，小時先和外公外婆住過日式房子，念小學時搬去和爺爺奶奶住過糖廠的宿舍，似乎從未住過眷村。然而，隨著就學的同學之故，小時候的確有出入眷村找同學玩耍的童稚記憶，眷村菜也就自然而然、或多或少有些體驗。

眷村菜，事實上是國民政府1949年播遷來臺，自然形成發生在眷村，強調物盡其用、串門子時共食分享的菜式。它因為不同省籍的通婚之故，飲食從而平行流動，成為融合五湖四海、大江南北的菜。雖然在時空背景的流轉下，眷村大多被拆除轉型成為國宅和大樓，但是衷心期望不久的將來，當我們去「四四南村」遊逛時，除了所刻意保留之眷村文化館得以參訪，也能在同一地點，品嚐到簡單有味的眷村家常菜！

此書之完成，特別要感謝芳琦和旭初老師。前者之初心、熱情、行動力，是本書得以完成之樑柱；後者之發想、研發、廚藝展演及食譜菜單，更是豐富本書生命之活水。此外，特別感謝高餐大的同仁及五南圖書！謹以此書，獻給所有認同眷村的同胞！

掌慶琳



C O N T E N T S

chapter 1

眷村的樣貌

- 1.1 眷村是什麼？ 3
- 1.2 眷村在哪裡？ 6
- 1.3 眷村有多少人口？ 9
- 1.4 眷村的興建與發展 15
- 1.5 眷村的生活 22

chapter 2

眷村的飲食生活

- 2.1 眷村居民的食材來源 37
- 2.2 眷村的廚房與眷村菜市場 51
- 2.3 什麼是眷村菜？ 53
- 2.4 眷村菜的形成 62

chapter 3

啊，這就是眷村菜

- 3.1 米和麵是眷村居民的主食 69
- 3.2 日常飲食：家常、隨性、物盡其用 77
- 3.3 非常飲食：食材豐盛、在地化的家鄉味 93
- 3.4 口味的轉化 110
- 3.5 融合的眷村菜 134





C O N T E N T S

chapter 4

手做眷村菜

4.1 脊補配給的延伸菜 餡 146

- 4.1.1 麵粉類：
- 四喜蒸餃 149
 - 花素煎餃 150
 - 高麗菜水餃 151
 - 翡翠打滷麵 153
 - 酢醬麵 155

- 4.1.2 米食類：
- 甜酒釀 159

- 酒釀荷包蛋 162
- 菜遠酒釀牛肉 163
- 酒釀蝦 165

4.2 一菜多吃的眷村菜 166

- 4.2.1 空心菜蒼蠅頭 VS.
- 腐乳空心菜 166
 - 空心菜蒼蠅頭 169
 - 腐乳空心菜 170

- 4.2.2 紅麴雞→紅麴雞湯 171
- 紅麴酒釀 173
 - 紅麴雞 175
 - 紅麴雞湯 176
 - 三杯雞 177

4.3 隨興下飯的家常眷 村菜 178

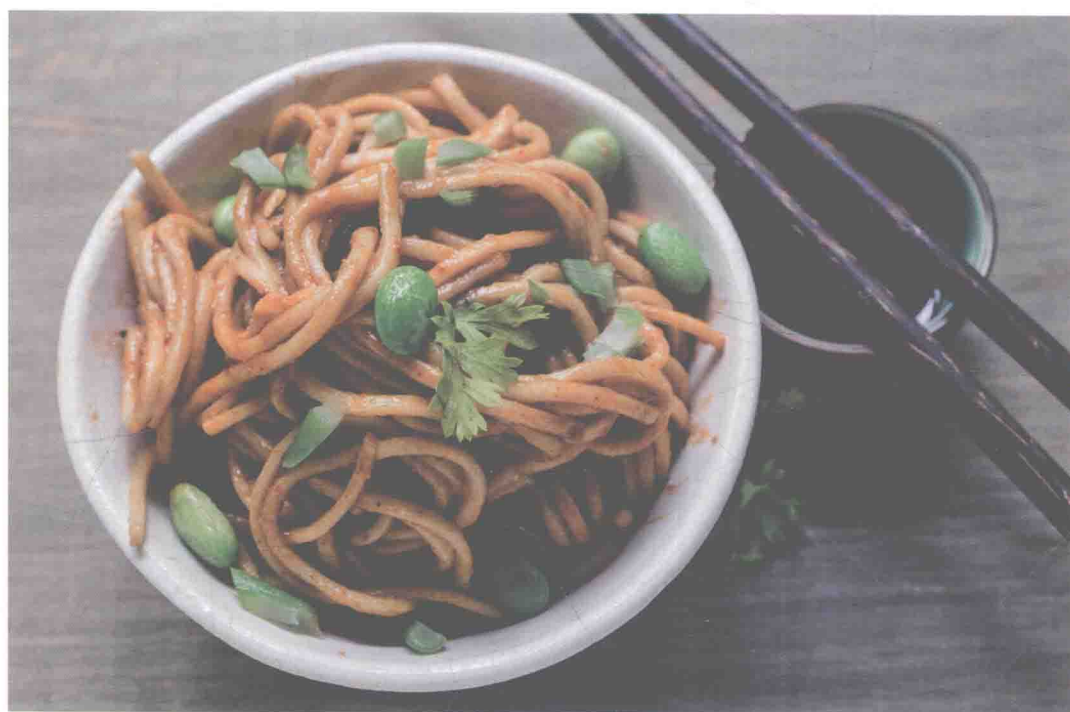
- 4.3.1 家常滷味：
- 牛肉類和其他 180





C O N T E N T S

家常滷味	181	味	196	4.4.4 十香如意菜	211
4.3.2 涼拌菜：		4.4.1 清燉獅子頭	196	十香如意菜	214
涼拌雞絲拉皮	182	清燉獅子頭	199	黃金茄盒子	215
涼拌雞絲拉皮	185	4.4.2 豇豆臘肉	200	拔絲地瓜	217
4.3.3 紅燒類：		豇豆臘肉	203		
黃豆燒豬皮	186	麻辣香腸	205		
黃豆燒豬皮	189	豆腐三色蛋香腸	207		
黃豆牛肉	191	4.4.3 梅乾高麗菜扣肉	208		
4.3.4 眷村家常小炒	192	梅乾高麗菜扣肉	210		
眷村家常小炒	195				
4.4 在地化的眷村家鄉					





CHAPTER 1
眷村的樣貌

這是一本介紹眷村菜的書，我們希望，透過這本書的介紹，讀者可以稍稍描繪出眷村菜的樣貌，想像眷村菜的味道。為了探索眷村菜，我們運用了一些研究方法，主要是焦點團體與深入訪談法；不過，本書的目的不在於介紹研究方法，只是仍希望讀者能夠了解，此書是透過研究方法的運用而獲得眷村菜的初步輪廓。此外，在書中，也推薦了幾道常見的眷村菜並提供食譜，希望讀者在閱讀之外，也能動手做，不僅能從中獲得烹調的樂趣，也能實地感受到眷村菜所帶來的美好。

但，要認識眷村菜之前，我們先來聊聊什麼是「眷村」？眷村在哪裡？眷村究竟是什麼樣子？有多少人口？居住在眷村的這些人又過著什麼樣的生活呢？

1.1 眷村是什麼？

「眷村」以字面上的意思解釋，就是指給眷屬們居住的村落。在臺灣，許多行業都有建造房舍讓員工眷屬集中居住的情形，常見的如國營的糖廠、鐵路等，都有所謂的員工宿舍，許多學校也有教職員宿舍，這些可說是廣義



的眷村；而在民國 38 年，因國共內戰失利，國民政府遷移來臺後，政府為了安置跟隨來臺的軍人眷屬們有居住的地方，以接收日軍的宿舍，或是於部隊周邊興建房舍供軍眷們居住，這種集中式的居住區就是狹義的「眷村」。在本書中，我們所說的「眷村」，就是指狹義的「軍眷村」。

針對眷村，我國部分法律條文有相關之規定，如〈國軍老舊眷村改建條例¹第三條〉：本條例所稱國軍老舊眷村，係指於中華民國 69 年 12 月 31 日以前興建完成之軍眷住宅，具下列各款情形之一者：一、政府興建分配者；二、中華婦女反共聯合會捐款興建者；三、政府提供土地由眷戶自費興建者；四、其他經主管機關認定者。本條例所稱原眷戶，係指領有主管機關或其所屬權責機關核發之國軍眷舍居住憑證或公文書之國軍老舊眷村住戶。

在國軍老舊眷村改建條例第三條所指的老舊眷村，也就是後來我們常聽到的「眷村改建」指的眷村；這些居住在老舊眷村裡的居民沒有居住地的地權，地權仍屬國有；除了職務官舍之外，民國 69 年以後興建的軍眷住宅，

¹ 「國軍老舊眷村改建條例」民國 85 年 2 月 5 日制定公布全文 30 條。