

泥火山豆腐



↑豆腐

小朋友，你吃過豆腐嗎？那軟嫩的口感，清爽的滋味，不但是源自中國傳統的重要食物，更是傳遍世界，廣受歡迎的健康食品。

那你吃過泥火山豆腐嗎？泥火山？豆腐？



↑泥火山

泥火山和豆腐會有什麼關聯呢？走一趟花蓮縣富里鄉的羅山村你就能找到解答了。

在羅山村有一個很特別的地質景觀 - 泥火山。叫它山，它卻一點也不高，我們都得低著頭才能把它看得更清楚。說它是火山，它也不噴火，它噴的卻是泥漿和水。從泥火山噴出來的水，就是今天要作豆腐的主角啦！要當主角可不簡單喔！因為泥火山水含有鹽類礦物質，就和鹽滷的作用一樣，可以作為製作豆腐的凝結劑，有了它，豆腐的口感會更紮實、耐久煮而且耐存放，是不是很神奇呢？也因為有了泥火山水，羅山村的泥火山豆腐，可是遠近馳名，大受歡迎喔！



↑噴口的泥和水

有機村的泥火山豆腐，大多使用在地生產、有機栽培的「大豆花蓮1號」。大豆又俗稱黃豆，是日常生活中優質的蛋白質來源。大豆花蓮1號是花蓮區農業改良場所改良的新品種黃豆，外型圓潤飽滿，非常適合用來製作泥火山豆腐。不過，要種植有機的黃豆並非容易的事情，為了符合有機農產品的標準，大部分的管理工作都要依賴人工，所以做有機農業會特別辛苦。但是以有機的方式栽培黃豆，不但照顧土壤，免於化學肥料的破壞，更照顧食用者的健康，免受化學農藥的傷害。所以，就算會很辛苦，這裡的農夫仍然願意用有機栽培的方法生產農作物。



↑羅山村的水稻田



↑有機黃豆



↑黃豆莢



↑黃豆田

利用泥火山水的特性，再結合自己種植的黃豆做成豆腐。把黃豆豐富的營養價值和美味充分的發揮，這是早期先民刻苦生活的智慧表現，不得不令人佩服。

原料都備齊了，接下來把泡軟的黃豆磨成漿，倒進大鍋裡煮熟，榨出香濃的豆漿，在豆漿裡加入泥火山水凝結，再把水瀝乾，香噴噴又軟嫩好吃的泥山豆腐就完成了。喝著濃郁的豆漿，再嘗一口香醇的豆腐，真令人回味無窮。



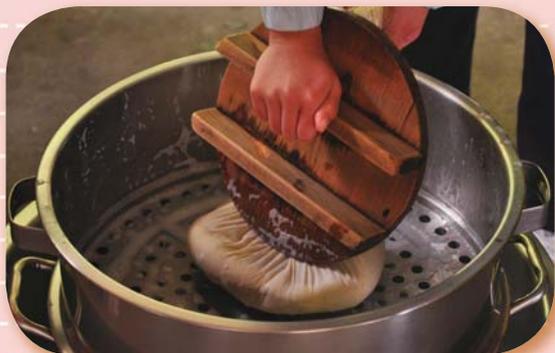
↑泡軟的黃豆



↑磨豆成漿



↑煮漿



↑榨豆漿



↑香醇好喝的豆漿



↑泥火山水



↑點滷水



↑豆腐花



↑入模成形



↑熱騰騰的豆腐



↑美味的豆腐料理