





布農族的真正之豆



樹豆這種元氣滿滿的作物，即使對於平日便以各種豆類為主要食材的布農族來說，一樣深具意義。

「樹豆啊，是我們的『真正之豆』！」原民處的布農族部落事務組長潘竹菊表示，真正之豆的意思，就是最傳統的豆，是指從布農祖先早期遷居住在山上時就已栽種的豆類，這包括了黑豆、大紅豆以及樹豆。

布農族本來就是個豆類種植多樣化的民族，由於平常沒有豢養家畜的習慣，萬一打獵時無收穫便沒肉可吃，因此習慣食用許多豆類來補充蛋白質。



而花蓮卓溪的布農族更是如此，他們祖先從南投翻山越嶺到東部的遷徙過程中，豆類容易攜帶保存，同時又是最好的蛋白質來源，因而族人至今仍保存有許多市面上看不到的豆類品種。

對於樹豆，族人通常都是跟獵肉一起煮食，舉凡山豬、山羌、飛鼠..等，不論是地上跑、或天上飛的獵物都行。

與獵物一起煮食，這在時間點上有一定的關聯性。

因為冬季是為狩獵期，而樹豆的採收期也正好落到這時候，因此山上打獵到的獵物，與剛摘下的樹豆一起煮食，便成了一件完全順理成章的事。

懶惰媳婦不能娶

對於煮食過程，潘竹菊講述了一段相當有意思的回憶，也讓我們同時一窺布農族的生活方式。

布農族不像其他族群是頭目制，日常生活的運作主要是以大家族來做為核心。她說，像他們家族有 30 多人，平日對於主食獵肉的處理，會先讓火燻過，然後再吊放在火爐上方，大家要用的時候才去拿。

有意思的是，被視為主食的獵肉、小米這兩樣，都是屬於家族公用的；而至於其他配菜的豆類、蔬果，則是要由每個媳婦自行去張羅並負責。

他們家族慣例是由媳婦們來輪流掌廚。譬如輪到大媳婦時，除小米及獵肉可以拿公家的之外，其餘的蔬菜、豆類則是取自這個媳婦的田區，她自己種出來的。

「萬一這個媳婦懶惰不耕種的話，就會拿不出豆子跟菜來了！」潘竹菊說，布農族很怕娶到懶惰的媳婦，除了怕吃飯時沒菜、沒豆之外；小孩出生之後也需要媽媽自己織衣服，萬一女人懶惰的話，「那小孩就會沒衣服穿了！」因此她強調，這也是為什麼，自己一直到現在 76 歲了，還一直下田務農的原因，因為絕對不能偷懶的呀！







而這個勤快的族群，他們樹豆的特點是什麼呢？

「是白色的！」潘竹菊肯定的表示，布農族所栽種的一直只有白色的樹豆，由於年年保種的關係，並沒有混到其他顏色。「而且白色的吃起來較有黏 Q 的口感，而不會鬆散、澀口，是我們喜歡的口感。」

若想要喝一碗樹豆湯的話，通常在早上便先將豆子泡水，大約到下午 3、4 點時，田裡幹活的女人們會先返家煮湯，並以柴火來慢慢熬燉，因為這樣樹豆才會煮得軟 Q，不會硬心。

家族中樹豆的煮法，除了獵肉之外，也會放一點酸菜、生薑進去。在冬天冷冽冰寒的山上，能喝到一碗熱呼呼的樹豆湯，就是一件最幸福的事了！

