



# 炒米香

## 飄香十年的米香秘方

雖然記得以前路邊常有米香的叫賣車，「蹦」的一聲，滿街的米香味久久不散，令人食指大動，但你知道古早味的米香不是用爆的，而是用「炒」的嗎？行政院農業委員會花蓮區農業改良場最早在羅山有機村輔導的體驗農家之一「雞鳴園」，就是以古法製作米香打響了名號。雞鳴園運用自產的有機糙米製作米香，在歷經十多年的淬鍊，依然有許多人慕名前來，是什麼方法讓雞鳴園屹立多年不敗，就讓我們來一窺讓人聞香十餘年的古早味炒米香。

體驗農家：雞鳴園  
聯絡地址：花蓮縣富里鄉羅山村 12 縣 74 號  
聯絡人：溫元山 / 03-882-1348, 0911-761-966  
在地食材：有機糙米、陳皮、花生



## 找回記憶中的技藝

「一、炒米香，二、炒韭菜，三、．．．」這首米香謠對大家可說是琅琅上口，但對雞鳴園的主人溫元山而言，這首歌謠充滿了早年的農村氣息，也代表童年時的甜蜜回憶。溫元山說，小的時候因物資缺乏，不如現代方便，農村小點心靠的就是農民自身好手藝，而米香可說是難得一見的珍饈。

現在人吃米香幾乎可說是隨手可得，但在雞鳴園的牆上，留著一段米香的故事，「炒米香於光緒年間流傳至今，發源於為廣東省陸豐縣上、下沙一帶，當時

農村家境貧困人口多，每年春節都自製炒米香給來訪客人及家人當甜點。」。米香雖說是平民美食，但傳到台灣後，沒有幾戶人家會做，而且製作米香的過程繁瑣，平常辛勤工作的農民根本沒時間製作米香，只有過年的時候才能吃的到。

在花蓮農改場輔導農民轉型體驗農家的過程中，溫元山想起小時候最喜歡的零嘴，就是用炒的米香。要找回古時技藝可不是件容易的事，當時羅山有機村已經沒有人會做米香，他僅記得當年在學田村一帶有人會炒米香，透過親友輾轉介紹，才找到九十多歲的米香傳人。為了學習米香技藝，溫元山只要一聽到米香傳人要做米香，就立刻登門「看」師傅製作米香，向師傅請益，然後回家自己嘗試，但是米一開始不是焦掉，不然就是不會爆，經過了一番努力，溫元山終於重現兒時美味，也找回快要消失的技藝「炒米香」。



遊客朗誦米香謠之情景（左）。雞鳴園的主人溫元山（右）。



雞鳴園在自家廣場曬穀的情形。

## 傳統再創新飄香十年小秘密

溫元山回憶起兒時，羅山村都是用砂子來炒米香，要炒米香的時候就會到螺仔溪（羅山有機村的主要水源）取沙回家，把沙子曬乾，再拿來炒米香，他笑著說，「以前我們吃米香還會不小心吃到石頭呢！」。為了讓遊客感受到乾淨、衛生的體驗活動，貼心的溫元山也嘗試用不同的基質來炒米香，後來發現鹽巴的熔點高，在高溫下不會熔化，又能讓米粒均勻受熱炒出金黃色的米香，這樣炒出來的米香乾淨、漂亮，又不會不小心吃到石頭。

除了炒米香技術的改進，溫元山的錦囊裡還有讓米香好吃的兩大妙計：糙米的選擇和糖漿的調配。要炒出好的米香，最重要的精髓就在於米，所以糙米的選擇是讓溫元山最自豪的一件事。米的品質也就代表了米香的品質，身為富里鄉有機米產銷班第二班的班員，用的糙米全都是自家產的有機米。此外，溫元山說，並不是所有的糙米都可以炒出渾圓飽滿的米香，米香的飽滿度取

決於糙米的含水量，太濕或太乾的糙米都沒有辦法炒出好吃的米香。為了控制糙米的含水量，只要好天氣溫元山就會把糙米拿出來曬，經過陽光施過魔法的糙米，就成為炒米香重要的魔法黃金米呢！

雞鳴園的米香另一個特色就是甜度恰到好處、又不黏牙，獨門調配的糖漿秘方也是炒米香撇步之一，以特定比例的水、麥芽糖、植物油、陳皮、砂糖加入鍋中熬煮，煮出來的糖漿充滿著麥芽糖的香氣，混雜著陳皮酸酸的味道，讓前來體驗的遊客都忍不住偷嘗一口。將糖漿、芝麻、花生倒入米香裡，經過快速拌炒，裝入木製的模具中壓模、放涼、切塊，就完成香脆的炒米香了。

來到雞鳴園除了一窺炒米香的秘密外，更要感受一下陪伴溫元山走過十年的器具，不論是用來炒米香的特製竹刷或是壓米香用的桿棍等等，每一件東西都有著他



裹上糖衣的炒米香香氣四溢，讓遊客忍不住偷嚐幾口（左）。每一粒糙米都是溫元山精心製作的魔法黃金米（右）。



用來製作米香的工具充滿著歷史歲月的洗禮，也是炒米香飄香十年的見證（上）。  
炒米香不僅是傳統技藝的傳承，透過在地食材與創意結合，連結學童與土地間的情感（下）。



的小故事，最值得一提的就是用來把米香成型的模具。溫元山說，當年開發體驗活動時，為了讓模具有能夠承受將米香成形的壓力，特地請師傅挑選上等檜木製成模具，用了十年依然如新，拿起來聞還有淡淡的檜木香氣。此外，溫元山還說，模具上的記號其實不是為了方便遊客而刻出來，而是歷經十年風霜切出來的歷史痕跡，來體驗炒米香的同時，別忘了聞聞模具的檜木香，感受炒米香飄香 10 年功力。



Step2:



將有機糙米放進鍋中，用特製竹刷快速翻炒，避免米粒燒焦。

Step3:



用篩網將燒黑的鹽瀝掉，重複炒米香的動作，直到模具內充滿米香。

Step4:



在鍋中加入水、麥芽糖、植物油、陳皮、砂糖加入鍋中熬煮，作為拌炒米香的糖漿。

Step5:



將糖漿、芝麻、花生與炒好的米香快速拌炒，讓米香均勻的裹上一層糖衣。

Step6:



將裹上糖衣的米香倒入模具中趁熱壓實成形。

Step7



將壓實的米香放涼後切塊，香氣十足的米香就大功告成了。