

台南 最在地 小吃推薦

小吃是許多人來到台南不會錯過的旅遊計畫，不過如果時間有限、「肚量」也有限，該吃什麼小吃最好呢？首推蝦仁飯與鱈魚意麵。



▲集品蝦仁飯除了蝦仁飯，也提供各式小菜，辣味豬腳是老闆娘的拿手菜。

▶蝦仁飯的湯汁基底就是柴魚，集品蝦仁飯不用柴魚花而用柴魚現刨。

◀炒鱈魚意麵分「乾」、「濕（芡汁）」2種，乾炒的鱈魚較多但價格貴。

集品蝦仁飯

蝦仁飯是台南人的早餐，蝦仁飯不是蝦仁炒飯，是一種介於蓋飯與拌飯之間的作法，湯汁最主要的基底就是柴魚。

在地球暖化的影響下，火燒蝦的數量也越來越少、價格越來越高，很多人探討著漲價有2種作法：其一是減少用料，其二是調漲價格，到底哪種作法好？事實上，有店家從原本1碗蝦仁飯放5尾蝦，到現在只剩3尾蝦了。

集品蝦仁飯老闆陳政林提供了1個好答案，他說，「有人習慣1口飯搭1尾蝦，蝦子變少，吃到最後就只能光扒飯，所以蝦仁再怎麼貴也不能少。」蝦仁飯的蝦仁跟飯有一定比例關係，若比例不對可就走味了。

而蝦仁飯的湯汁用的基底柴魚片，多數店家使用的是柴魚花，而集品則是現刨柴魚，「當天用多少刨多少。」再加上豬油脂、白糖甜與蝦仁香，就是1碗經典的蝦仁飯了。

哪裡吃？

📍台南市中西區海安路一段107號

☎886-6-226-3929

🕒09:30~20:00

💰蝦仁飯新台幣45元、蝦仁肉絲飯新台幣60元、香腸新台幣25元

🕒不定期

美味開講

在地食材 好吃關鍵

蝦仁飯與鱈魚意麵在台南以外地區不容易吃到，當然與食材有重要關係。

蝦仁飯裡少不了的是在地的「火燒蝦」，這種野生海蝦在台南普遍被使用在蝦仁肉圓、蝦捲，還有擔仔麵上擺的那隻蝦也是火燒蝦。其中又以蝦仁飯的用量最大，火燒蝦的個頭不大，「標準版」蝦仁飯1碗就要用上12至14尾，在當地都供不應求了，更遑論配送到其他城市去。

此外，就是鱈魚意麵的「鱈魚」了，許多人應該都有這樣的經驗：在台南以外的地方不容易吃到美味的鱈魚意麵，這牽扯到2個重要因素，其一是鱈魚講究活鮮與宰殺技巧，其二是醬汁的來源與調配比例，還是吃在地最對味。

進福炒鱈魚專家

看過電影「總舖師」的觀眾，應該對誇張的冒火炒鱈魚畫面印象深刻，好像火要大才能炒出好吃的鱈魚，不過「進福炒鱈魚專家」的第二代邱文志說，這是外界普遍的誤解。

他解釋，炒鱈魚的火候很重要，火候不代表火大，大火入鍋是有視覺效果，但事實上對口感影響不大，而且鱈魚肉薄，火旺容易炒焦，火色不足鱈魚帶血，也無法表現脆度。

創立於1972年的「進福炒鱈魚專家」是台南知名鱈魚意麵店家之一，邱文志有近20年的功力，他能同時炒30人份，看著炒鍋內的鱈魚夾雜在蔬菜中跳動翻滾，得要眼到、手到、心到才行。

招牌還有「活魷魚」，重要的是沾醬，使用梅子汁、蒜泥、薑汁、糖、番茄汁與芥末等調配而成，氣味兼具微酸、微甜、微嗆等特色，十分獨特。



炒鱈魚好像少不了火花，除了視覺效果外，還可減少冒白煙。

哪裡吃？

📍台南市中西區府前路一段46號

☎886-6-221-0671

🕒10:00~23:00

💰鱈魚意麵新台幣100元、乾炒鱈魚意麵新台幣170元、活魷魚時價、炒麻油腰花時價

🕒不定期

新化 36 攤古早味



新化傳統市場內的「金花點心攤」，是遊子最想念的家鄉味之一。

新化區公所尋訪「菜市仔美食」，早年新化傳統市場遠近馳名的36攤小吃，還有少數老店保存，新化區長姚溪海走訪「東發號」肉羹、「金花點心攤」，50、60年不變的古早味，是旅外遊子最難忘的家鄉味。

「東發號」創始者戴鍾鳳今年80歲，是當年36攤中迄今唯一的第一代經營者，主要販售古早味的米糕、四神湯、肉羹及春捲，因年紀漸長，52歲兒子戴金全7年前辭掉工作返家幫忙，與母親共同經營，已有60年歷史。

「金花點心攤」由周育清、周鳳珠、周鳳琴3兄妹傳承母親「金花」的好廚藝，3人讀小學就跟在母親身邊幫忙，麵店有超過50年歷史，販賣古早味湯麵、粿仔條、炒米粉及各式切仔料，一早5點開賣，通常上午11點多就賣完，太晚來還吃不到。銀行經理退休的林先生說，弟弟旅居美國，每次返鄉一定來吃「金花點心」，是在美國朝思暮想的家鄉味。

武安里長林保全從小在市場長大，他說，以前市場內有座古井，36攤點心就在古井四周，從日治時期永康、關廟、玉井的人會到新化做生意，36攤點心解決出外人吃東西的不便，可惜一場大火燒掉市場，36攤多數也失傳了。