

芋在原鄉部落的利用與加工

文・圖/林怡如

前言

芋 (*Colocasia esculenta*) 是臺灣重要的農作物之一，各地均有種植，可採用水生或陸生方式栽培，依據農業部統計資料顯示，2024年芋栽培面積為2,344公頃，總生產量約34,672公噸，生產區域主要集中在臺中市、屏東縣、苗栗縣、花蓮縣。芋不僅美味，且營養豐富，球莖、葉柄及葉片均可食用，球莖含大量澱粉、礦物質及維生素；葉柄含鈣、磷、鐵及維生素A及C等，作為蔬菜使用或醃漬加工後食用風味佳。芋在一般家庭做為蔬菜食用，或做為火鍋食材，經過加工則可用於製作罐頭、烘焙加工及冰品等不同的應用。

原鄉部落芋的栽培及利用

在高屏地區原鄉部落，芋以屏東縣春日鄉29公頃栽培規模最大，採用陸生栽培為主，在部落稱為山芋或小芋頭(圖1)。對於部落族人而言，山芋或小芋頭不僅是一種糧食來源，更代表了部落文化的延續與傳承。芋在部落主要以初級農產品形式流通，或以石板土窯悶烤製作成芋頭乾。芋頭窯是魯凱族與排灣族重要的傳統文化，透過搭建「芋頭窯」來烘乾、貯放芋。芋頭乾為原鄉部落飲食文化中重要的部分，並發展出獨特的烘烤及芋頭乾去皮技術，形成特有的芋頭窯烘烤文化。經烘烤後的芋頭乾便於貯藏，能在季節性食物短缺時，提供穩定的糧食來源。



圖1. 栽培於春日鄉山坡上的山芋

芋球莖有大小之分，部落族人暱稱大顆的為芋頭媽媽，烘烤後的芋頭乾(圖2)，常和蔬菜與肉類煮成粥狀，或採用杵臼搗碎成粗顆粒粉(圖3)，拌以豬肉包於假酸漿葉中水煮，成為受歡迎的美食「吉拿福」，此外，醃製酸肉時也會抹上厚厚一層，將芋入味；或是以芋頭粉、花生粉加入野菜

煮成部落特有的米飯來享用，也可搭配其他食材配料，做成傳統的部落香腸或山地香腸。芋頭小孩的體積大小很適合直接以手拿取食用，水煮後直接剝皮吃極為美味Q彈，此外也能烘烤成乾，成為獵人的頂級乾糧，或是招待貴賓的點心、乾旱季節的儲備糧食。



圖2. 芋頭乾



圖3. 芋頭粉

芋的加工與應用

部落族人的傳統生活以芋為主食之一，食物的調理以水煮方式為主，在排灣族會將樹豆、酸肉、芋、刺蔥與薑等食材，料理出風味獨特且營養滿分的酸肉樹豆湯。山芋葉柄也是部落經常



圖4. 小芋頭菠蘿麵包



圖5. 小芋頭多拿滋

使用入菜的食材，利用曬乾的芋葉柄乾與豬肉條快炒，以老薑片、蒜頭及辣椒調味，增添風味。在部落芋加工以芋頭乾為主，為促進原鄉部落傳統食材芋的加值與應用，本場辦理小芋頭烘焙加工與人才培訓，協助部落開發芋加工產品，作為部落農遊及市集活動應用。芋在加工應用上，大多採用新鮮芋煮熟後，再攪拌成泥作為添加使用，可應用在糕餅、麵包、湯圓與麻糬等產品的內餡，例如小芋頭菠蘿麵包（圖4）、小芋頭多拿滋（圖5）及小芋頭甜甜圈（圖6）等；或將烘烤後的芋頭乾磨粉，作為二次加工材料，製作小芋頭煎餅。



圖6. 小芋頭甜甜圈

結語

本場協助原鄉部落提升芋的栽培與加工技術，結合部落農遊及市集活動，增加芋的栽培面積與產量，建立深度加工技術與多樣化商品，並增進芋加值技術應用，以推展部落山芋，讓部落傳統食材加值，促進原民產業經濟發展。