

投稿類別:農業類

篇名:

插茶-客家人的茗茶

作者:

張越翔。苗栗農工。二年級農場經營科

曾俊維。苗栗農工。二年級農場經營科

鄧力行。苗栗農工。二年級農場經營科

指導老師:楊智傑老師

壹●前言

客諺有：「逢山必有客，逢客必有茶」。茶是客家人賴以維生重要的經濟命脈，也是山文化的體現，擂茶是客家人的特殊傳統，從小到大都以為擂茶只是名字，而不是由多種材料磨製而成，現在科技越來越發達，擂茶的口味也越來越多，只不過現在擂茶的文化漸漸的被淡忘，本文認為擂茶是很具有傳統價值的，且擂茶不但可以解渴還可以飽肚，如此具有歷史傳統的文化應被現代人加以重視。

所以本文首先要了解擂茶的傳說，介紹擂茶使用的工具，比較傳統與現在擂茶的差別，比較台灣各地客家庄擂茶的差別，以增進對擂茶的深度了解。

貳●正文

一、擂茶的傳說

長久以來擂茶都被人們所飲用著，也因為長的時間的關係所以有了許多不同的擂茶的傳說，在文獻中較常被提及的是以三國張飛和東漢馬援為主角的故事，而他們的故事基本上發生的地點都位於現今湖南省桃花源一帶。但也有其他的『**文獻提到「伍道婆」和「太白金星」二說，「伍道婆」傳說，前者是發生於福建將樂地區，後者則發生在湖南桃江。**』(註 1)無論何種傳說擂茶都與饑荒與災難有關。

上述四種傳說的歷史背景都與疾病和飢荒災害有關，因此擂茶也用在治病與充飢，提供當時民眾作為糧食，另外從上述傳說也可以發現擂茶的成分則包括芝麻、花生、綠豆、生薑、茶葉、米。

二、擂茶的工具介紹

擂茶的工具有擂鉢、擂棍，以下詳細說明：

(一)擂鉢

為擂茶的器具，是陶土燒成的，通常擂鉢可以長期使用，所以家裡通常只需準備一個。通常鉢內有向中心輻射狀的溝紋，目的在於增加磨擦力。依紋路而分通常擂鉢有兩種，一種溝紋較粗，詳如圖一所示，適合用於擂較粗的穀類如米，玉米等。另一種為細紋，詳如圖二所示，較適合擂茶，因為擂茶要擂的配料是芝麻，而芝麻細小，因此需要用細紋的擂鉢，但擂鉢在台灣的使用量少，除非特別找到師父訂作，否則不易購買。

(二) 擂棍

擂棍的目的在於搗碎擂茶材料，擂棍的製作以油茶樹為最佳，芭樂樹、柚子次之，其他樹木則不可，其原因是在研磨時擂棍內的成分也會如入擂茶中，例如以油茶樹的樹枝為擂棒具有健胃的功能，但要採集整支長度在二尺以上且筆直，如圖三所示。

(三) 飲用的容器

天目茶碗：茶碗也是陶土燒成，且製作的擂碗必須以手拉坯方可完成，質感才會顯著，如圖四所示。



圖一粗紋擂鉢(網路)



圖二細紋擂鉢(作者拍攝)



圖三擂棍(作者拍攝)



圖四天目茶碗(網路)

三、傳統與現代擂茶口味與材料的比較

(一) 材料成分的比較

黃智娟(民 100)在有關擂茶的研究中說明『傳統擂茶是用小米、花生、芝麻、生薑、黃豆等食材加工而成，呈粉末狀。食用時沖入開水調勻成糊狀，或加入涼水在鐵盪中煮開調勻。』(註 1)傳到現代它的材料有了些許改變，以花生、黑白芝麻、南瓜子、綠茶，也有些人為了養生就加入一些中藥材，例如：『雪蓮子、淮

山、百果、芡實、茯苓、杏仁、蓮子、紅豆……等』(註 2)，因為現代人飲食習慣的改變，它漸漸的從以前解渴跟飽肚演變成飯後甜點的一種飲品，還有對人體有益的養生食品，其差異詳如表一所示。

(二)口味的改變

擂茶的口味因年代的不同有所差異。根據研究顯示『**擂茶最早是鹹的，這樣的吃法並不太適合一般人口味，後來就改變了現在的做法，乾料加茶葉磨一磨，在加茶喝**』(註 3)。

至於在口味上面的改變，最主要的原因是口味無法被大眾所接受，而影響在市場上的販售。經過改良的「擂茶」成為日後擂茶演變的「原型」，以這個原型為基礎，業者開始變化成種類豐富、內容不同的擂茶商品，就連古早的「鹹擂茶」也被視為一種具有創新色彩的「新產品」。

有此可見最早的擂茶口味可能現代人較不容易接受，因此改良成為具有加入多種材料的新口味擂茶，其差異詳如表一所示。

顯然地，從傳統的原型開始，現代類型擂茶在商人追求利潤的前提下，有了它自己的發展，在它後續的發展過程中，它已經不再是對傳統類型擂茶的模仿了，而是自己獨立創新的擂茶，兩者之間除了有一個共同的名稱之外，可以說是完全沒關係了。

表一 傳統擂茶與現代擂茶的比較(作者自行製作)

項目	材料	口味	茶種
傳統	小米、花生、芝麻、生薑、黃豆……等。	鹹的。	烏龍茶。
現代	黑白芝麻、南瓜子、綠茶、杏仁、黑木耳……等。	黑木耳口味、蔬菜口味……，幾乎都偏甜。	綠茶、紅茶、咖啡、豆漿、牛奶……等。

四、台灣各地客家庄擂茶的差別

客家人從大陸移民來臺後，在台灣的各地定居，也因在不同的地區，擂茶也有些差別。

(一) 北埔擂茶

新竹北埔地區的擂茶材料為茶葉、黑白芝麻、花生、擂茶粉，經過研磨後沖入熱茶，再搭配米花或餅乾類的點心，熱茶為烏龍茶，材料的取得大部分是由市面上購買，但在茶葉方面選用北埔當地的烏龍茶跟綠茶，為研磨跟沖泡的材料，另一項特色是，以往攪拌擂茶是以湯匙或木片，但『北埔的店家卻是用山楂及綠茶製成可以食用的攪拌棒』(註 1)，兼具環保也增添了許多趣味。

(二) 美濃擂茶

高雄美濃地區的『材料以花生、黑白芝麻、擂茶粉、蜜紅豆，在配上熱茶、玄米(米花)，店家的蜜紅豆是熬煮好』(註 1)，主要是要增加擂茶的甜度與香氣，也為裡面有使用生茶，蜜紅豆主要是用來壓味，不然茶會苦澀。美濃擂茶的特色在於使用了成熟的紅豆，台灣紅豆生產的主要地區以高雄、屏東等南部地區為主，器具部分則因為美濃地區盛產窯業，所以都使用當地窯業生產的擂鉢。

(三) 花蓮擂茶

花蓮地區的擂茶店材料是選用，茶葉、白芝麻、花生，經磨碎後，用熱水沖泡，再加上客家人喜歡的米香。茶葉是用烏龍茶或者綠茶，芝麻則適用白芝麻，為什麼不用一般的黑芝麻因為會有苦味，而甜點是用市售的米香。至於花生，是先炒過後才加入其中的，雖然『當地的農產品是花生，但是花蓮地區的擂茶店家，有自行耕種的習慣，所以材料對於店家來說，是自種自用的』(註 1)。

以上三家為例，分別敘述了各家的材料，除了北埔地區的沒有特別加入擂茶粉以外，大致上都沒有太大的差別，不過在於材料的取得，通常是選用當地的農產品為主，花蓮地花生用的是自己種的，北埔的則是用當地的茶葉，而美濃也是用當地產的紅豆，詳如表二所示。

表二 台灣不同地區擂茶的比較（作者自行製作）

地區	項目	茶葉	器具	材料	甜點
北埔		綠茶、烏龍茶	由山楂及綠茶製成可以食用的擂棍	茶葉、黑白芝麻、花生、擂茶粉	米香
美濃		割稻茶(茶米茶)	窯業生產的擂鉢	花生、黑白芝麻、擂茶粉、蜜紅豆	玄米(米花)
花蓮		綠茶、烏龍茶	擂鉢、擂棍	茶葉、花生、白芝麻	米花或餅乾

五、市面上的擂茶產品

以下介紹市面上的擂茶產品種類：

(一) 擂茶粉

甜口味的客家擂茶粉採用多種五穀雜糧類，依配方研磨成粉末狀，再加入擂好的茶中，口感更佳，營養也較均勻。

(二) 擂茶飯、粥

除了平常當作飲茶、招待客人的茶點外，再加入米食，搭配一起享用，就成為了擂茶飯，或是煮成粥成為擂茶粥，不僅是茶飲也是餐桌上的一道佳餚。

(三) 擂茶餅

是由隆源餅行自行研發而成以綠茶、芝麻、花生、葵花子仁等豐富的材料製成，口感香濃、風味絕佳，不但香脆可口，更增添養生保健功能。

叁●結論

本文以擂茶為主題，首先探討擂茶的傳說、擂茶的工具、傳統與現代擂茶口味與材料的比較、台灣各地客家庄擂茶的差別、市面上的擂茶產品。

從探討中發現擂茶的歷史背景都與疾病和飢荒災害有關，而擂茶在其中則扮演著良藥治病與充飢的作用。在工具方面則使用擂鉢、擂棍作為磨製的工具。在人們飲用擂茶上是用茶碗做為裝擂茶容器。

口味方面，從前的擂茶都是喝鹹的，現今的則是甜的，口味改變的兩個原因，其一是現代人受到養生觀念影響，開始加入一些具有甜味的中藥材，逐漸從以前解渴跟飽肚演，演變成一種養生的飲品，而且加入的中藥材中有些本身具有甜味，造成口味的改變。其二是鹹味的擂茶無法被大眾接受，而影響在市場上的銷售，也影響由鹹轉成甜。

台灣各地客家庄的擂茶的都有自己的特色，本文將三個客家庄的擂茶提出比較，分別為北埔、美濃、花蓮，三者的做法都與傳統的相同，與傳統不同的是材料改變。材料的改變的主要因為每個地區都有不同的農產品，因此衍生出自己特有的擂茶。

在銷售市場上，商人將擂茶做成了許多不同的產品，例如：擂茶粉、擂茶餅、擂茶飯.....等，這樣的變化也使擂茶有了不同的樣貌。

肆●引註資料

- 註 1：黃智絹(民 100)，遠渡重洋的美食—臺灣客家擂茶的流變，國立中央大學客家社會文化研究所碩士論文。
- 註 2：三十九號北埔擂茶創始店(2014)。元氣擂茶-紅棗.枸杞。2014 年 9 月 13 日下載。取自< http://39tea.com.tw/03-shop_prod1.php?id=12>
- 註 3：傅涵祈、林沛璿、鐘佳純(2006) 擂茶之探討，國立虎尾高級中學小論文
- 註 4：黃一民(民 94)文化與商品：擂茶的社會學考察。
- 註 5：北埔旅遊服務中心(2014)。北埔擂茶文化。2014 年 9 月 20 日下載。取自<<http://www.beipu.org.tw /192.htm>>
- 註 6：維基百科(2014)。擂茶。2014 年 9 月 27 日下載。取自，
<<http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E6%93%82%E8%8C%B6>>
- 註 7：中華傳統名俗技藝團(2014)。客家擂茶。2014 年 9 月 27 日下載。取自
<http://www.mfa.org.tw/18_npo.htm>
- 註 8：apple(2005)。奇摩知識：三生湯是什麼? 2014 年 10 月 1 日下載。取自
<<https://tw.knowledge.yahoo.comquestion/question?qid=1405103104698>>
- 註 9：北埔旅遊服務中心(2014)。北埔客家知性旅遊。2014 年 10 月 12 日下載。取自<<http://www.beipu.org.tw/202.htm>>
- 註 10：中文百科線上(2014)。油茶。2014 年 10 月 16 日下載。取自<
http://www.zwbk.org/zh-tw/Lemma_Show/91612.aspx>