

投稿類別：本土關懷

篇名：

記憶中的好味道~醬中之王

作者：

黃翊軒。花崗國中。

梁恩禔。花崗國中。

王芃力。花崗國中。

指導老師：

李恩銘老師 劉厚德老師

一、前言

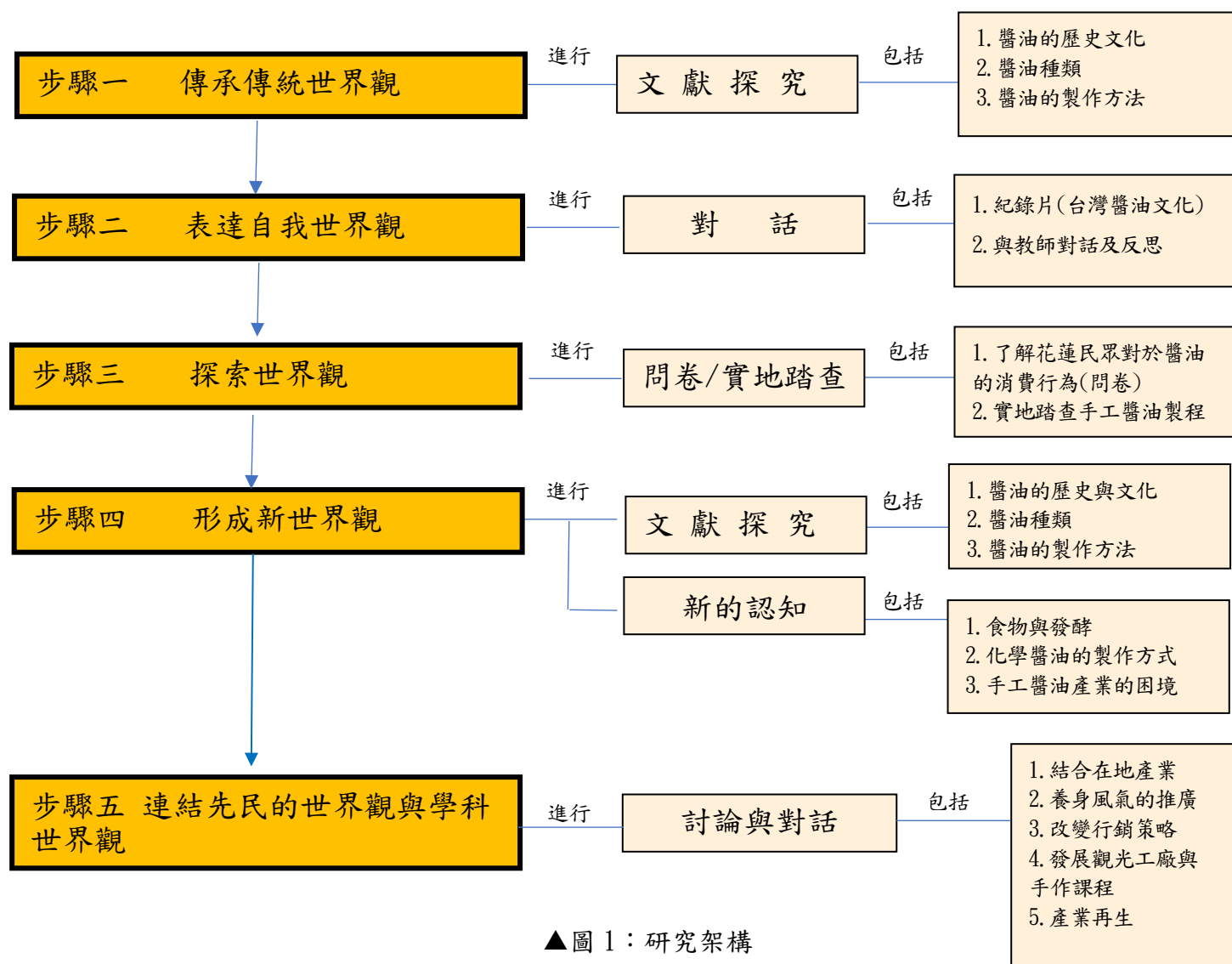
我外婆有一道特別的料理，不管大人或是小孩，都非常喜歡，只要大家聚在一起，外婆就一定會煮滿滿的一鍋，這道料理可說是我們家的傳統和聯繫情感的必備品。

有一次，我問外婆這牛肉麵到底是怎麼料理的，他笑嘻嘻的跟我詳細描述這道料理的製作過程，包括所使用的食材和烹調步驟。最讓我訝異的是，他特別著重醬油的選擇。外婆說這是這個牛肉麵好吃與否的關鍵，就在於它的醬油，醬油的選擇決定牛肉麵的好壞。沒想到一個小小的調味品遽然可以煮窄食物的整個風味，於是我找了幾個吃過我家牛肉麵的同學一起尋找醬油的奧秘。

二、研究目的

- (一)、醬油歷史文化與花蓮民眾對於醬油的消費行為
- (二)、「活」的飲食文化遺產~了解純釀造手工醬油的製程
- (三)、花蓮在地純釀造手工醬油的困境及產業再生

三、研究架構圖



四、研究方法與流程

本研究依清華大學傅麗玉教授的 WOLF 架構，進行研究；WOLF 世界觀導向的學習架構，可突破過去「將先民醬油文化與知識融入學校的學科課程與教學的體系中」，轉而以先民醬油文化為主體的真實探究。我們的研究有五個主要步驟。

步驟一 傳承傳統世界觀：在於呈現文化的內涵、傳統自然智慧。取材先民生活中，而醬油是生活中很常見的調味品，我們進行文獻探究尋找相關的文化資源。

步驟二 表達自我世界觀：藉由師長的引導，對於傳統文化提出想法，進行對話。

步驟三 探索世界觀：藉由問卷調查與實地踏查體驗文化相關現象。

步驟四 形成新世界觀：藉由學習相關學科知識概念(包括理論現象或進行實地踏查時)，讓我們知覺到其與既有的詮釋方法有何差異，因而知覺不同的世界觀。

步驟五 將學科概念應用於傳統文化：相互進行現象或意義的詮釋，逐漸在先民生活與學科世界建立對話。

步驟一 傳承傳統世界觀-文獻探討

(一) 醬油的由來

醬油源自於中國，在周朝就有製造醬油的記載。醬油是由「醬」演變而來，而醬油之釀造純粹是偶然發現，最早的醬油起源於中國古代皇家使用的調味料，是由鮮肉醃製而成，因為風味絕佳漸漸流傳到民間。(國語辭典，2019) 台灣醬油是由鄭成功播遷來台時引進技術而逐漸發展開來，至今已有三百多年的歷史(黑龍蔭油)。台灣人最以前早吃的是黑豆醬油，在日本殖民時期，但是因日本人吃不習慣台灣的黑豆醬油，因此從日本引進豆麥醬油技術，反而成為現今台灣主流，今日消費市場上，十之八九都是黃豆(麥)醬油。(潘美玲，2013)

(二) 台灣醬油種類

現今台灣法規訂有規範的醬油共有四種類型，依照不同的製造方式分類如下：

- 1、釀造醬油：應以植物性蛋白質為原料(包含大豆、脫脂大豆、黑豆或添加小麥、米等穀類)並經釀造方式製成。
- 2、水解醬油：以酸或酵素水解植物性蛋白質所得之胺基酸液，未經發酵製成之產品。
- 3、速成醬油：以酸或酵素水解植物性蛋白質所得之胺基酸液，添加醬油膠、生醬油等再經發酵及熟成製成之產品。
- 4、混合(調和)醬油：是混合二種(含)以上醬油製程者稱之。一般為以胺基酸水解液為原料，添加純釀醬油而成。(衛生福利部〔食品藥物管理署〕，2020)。

(三) 台灣醬油法大PK

	釀造醬油	水解醬油	速成醬油	混合(調和)醬油
原料	黑豆/黃豆/小麥	脫脂黃豆粉+小麥	脫脂黃豆粉+小麥	純釀醬油+胺基酸水解液
釀造方式	加入食鹽，利用麴菌天然發酵、分解黃豆或脫脂黃豆粉中的蛋白質與胺基酸。	加鹽酸，快速分解黃豆粉中蛋白質，用人工甘味劑和色素調出醬油的味道和顏色。	將水解醬油添加醬油膠、生醬油等再進行二次發酵，經7~10天之後壓榨而成。	釀造醬油+化學醬油混合後再釀造。
釀造時間	120~180 天	3~5 天	7~10 天	30~60 天
價格	最貴	最便宜	便宜	次之

(四) 醬油食安

對於醬油來說，要有好的原料、技術、環境…，才能順利生產出好的產品。過去常被媒體拿來議論的「毒醬油」。在衛生局醞釀下發現含有高出標準值 8 倍的致癌物質。由於問題醬油成本較低，被夜市攤販普遍使用，因此已經嚴重影響到國人的健康。(李富雄，2013)

六堆釀豆油伯混金蘭醬油事件爆發後，民眾更加重視醬油的原料、成分以及添加物，自 108 年起「醬油」全面正名，要求業者應於包裝明顯處，依其製程標示「速成」、「水解」、「混合（調合）」或「釀造」字樣，經長時間發酵過程者才可以冠上「釀造」，好讓消費者一眼清楚吃下肚的究竟是不是用大豆、黑豆等純釀造者。(食品藥物管理署，2018)

(五) 懷舊幸福滋味~花蓮醬油現況

1、難敵社會變遷，多家老店關門

醬油，是昔日花蓮人家庭必備調味料，隨著時代的更迭與產業變化，傳統製造業逐漸消失而沒落，花蓮在地的醬油傳統工廠也面臨相同的危機，醬油釀造風光一時卻難敵社會變遷。古法釀製醬油過程繁瑣、費時又費工，許多年輕人不願意接手，醬油師傅也因此隨之失傳。(詹亦菱，2017)

2、危機變轉機

雖然曾經一度被低價的化學醬油侵占市場，但在民眾日益重視食安問題，醬油製造也備受關注，花蓮傳統醬油廠漸漸轉型為觀光工廠、結合手作課程、連結花蓮在地產業鏈…他們成功的守住了傳統中的好味道。(詹亦菱，2017)

步驟二 表達自我世界觀- 對話

紀錄片探究與師生對話：<https://is.gd/87wlu3>

師：影片中看到了甚麼印象深刻的呢？

生 1：在這部影片當中，讓我印象最深刻的地方是醬油製作的過程居然需要這麼多繁雜的程序，還要注意發酵過程的溼度通風，一個不小心整盆豆子就必須面臨被丟棄的命運，除此之外，還必須一一裝在甕裡，這都必須靠人力，機器是無法取代的。

生 2：我印象最深刻的地方在裝甕後的豆子需要等待至少 180 天才能夠食用，這中間如果遇到下雨天還要幫甕穿上雨衣，每天要去檢查甕裡的豆子發酵的情況，每天都要把它往下壓，讓它去泡到水裡，甕的蓋子是陶製品，這麼多甕都要一一搬下來檢查又再蓋上去，真的是好辛苦呀。

師：剛剛提到純釀造醬油需要耗費大量的人力與時間，原因是什麼呢？

生 1：一般的化學發酵的醬油是以鹽酸加速發酵速度，將黃豆由蛋白質轉為胺基，大概三~五天就可以完成，而純釀造則需先培養菌種，然後再利用發酵來轉化黃豆胺基酸，生成醬汁需耗時 4 至 6 個月，而純釀醬油能嘗到來各種鮮味，但化學醬油聞起來卻有一股刺鼻味。

生 2：除了需要培養菌種之外，也需要入甕發酵，純釀造醬油發酵的過程不加任何的化學加工品使其發酵，而是採天然發酵之法，故需要比較長的等待期，這期間需要人力不時的開甕蓋檢查其發酵狀況，同時也要注意外在天候，避免外在因素影響其發酵。

師：傳統手工釀造醬油在社會變遷中所經歷的困境為何？

生 1：現在願意用時間，等待老味道的醬油廠，越來越少了，釀造時間需長達半年以上的純釀造醬油似乎與這個什麼都講求快速效率的社會格格不入，有了能快速分解黃豆粉中的蛋白質的化學

加工品以及人工甘味劑和色素調出醬油的味道又快又便宜，消費者選擇性變多了，越來越少人願意買這昂貴的純釀造手工醬油。

生 2: 醬油製作工序繁雜，其中又以發酵最困難，加上台灣近年來天氣不太穩定，有時熱到發慌，有時冷到結霜，這些外在因素都會影響黃豆發酵，製作過程辛苦，越來越少人願意在踏入這個行業了，純釀造手工醬油在傳承上面臨了很大的危機。

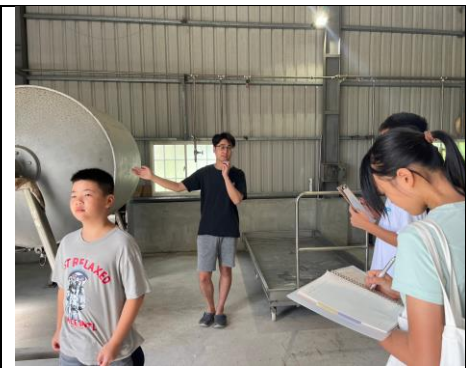
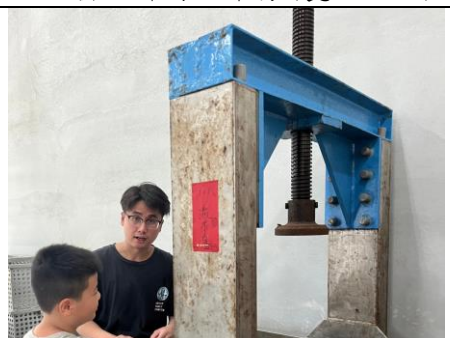
生 3: 小型家庭式的傳統手工釀造醬油在市場競爭面臨很大的壓力，許多著名的品牌醬油推陳出新，再加上廣告效益，成功的吸引大量的顧客購買。

結論

傳統手工醬油釀造是一門技術也是一門藝術，在凡事講求快速的社會，我們卻在傳統醬油中看到了慢工出細活，一罐好的醬油從選豆開始就必須非常重要，接下來要注意黃豆的含水量，溫度濕度的控制都要拿捏恰當，一個不小心就會壞了整個醬油的味道，每一個步驟對於製作手工醬油的師父來說都非常重要，他們堅持絕不添加任何化學原料及防腐劑、色素，釀造最健康的醬油。傳統手工釀造醬油創業困難，而且員工難尋、中間的製程又長，往往都需要半年以上的時間才能回收成本，年輕人不願意接手，年長的人又做不動了，手工醬油在傳承上面臨了相當大的困難。走訪賣場，琳瑯滿目的化學醬油更能突顯傳統手工釀造醬油傳承延續的可貴。這些堅持傳統的師傅，其動力來自於對醬油品質的堅持之外更想留住的是上一代傳承下來的好味道，感謝這些願意為了傳統而堅持的手工醬油達人。

步驟三(1) 探索世界觀- 實地踏查

我們實際走訪了花蓮在地純手工釀造醬油工廠一品醇，以下是相關照片

		
黃豆浸泡設備	發酵室，必須定時攪拌	體驗醬油師傅的辛勞(甕蓋很重)
		
入甕後，必須定期檢查，看看是否保存良好	傳統的鍋爐，全台所剩無幾，非常珍貴	上面還貼有川流不息字樣，希望機器不停運轉



現代化裝瓶技術，快速且不外漏



過去傳統的裝罐法，需要人工一瓶一瓶裝，且常常溢出



老闆用自家醬油滷豆干請我們吃

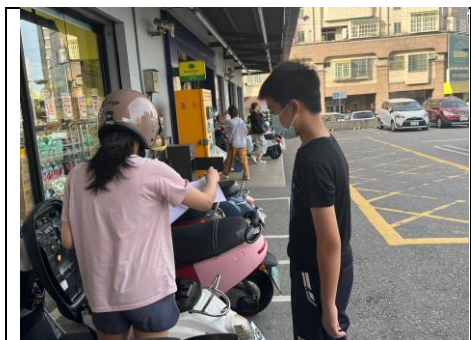
訪談內容：

我們的訪談大約有一個半小時，不但體驗翻豆的辛苦也深刻體會一瓶好的醬油得來不易，更感受老闆為了保存傳統文化努力與堅持的那份信念，我們節錄與主題相關的內容如下

- (一) 老闆說，以前小時候常常聽他爸爸講述街坊鄰居拿著醬油桶來他們家買醬油的故事，爺爺會打開甕然後用勺子一杓一杓的取出醬油裝在醬油桶裡，有時還會多送鄰居好幾勺醬油呢！看著爸爸講述時，神情不斷地望向遠方，他知道在爸爸心中，這一甕一甕的好味道不只是生活中的調味品還包含了更多對爺爺的思念。
- (二) 老闆說自己接手了醬油產業才知道純釀造手工醬油在製作上是這麼的辛苦，製程中瑣碎的事情很多，要注意的事情也很多，稍有不慎就會壞了整甕的好味道，有好幾次都想放棄，但味道停留在味蕾上所烙印在腦中的記憶總是那麼鮮明，捨不得這好味道就此流傳，更放不下家傳手藝，所以決定繼續努力，留住好味道。
- (三) 近年來醬油的食安問題一直備受爭議，儘管食品藥物管理署已經明訂醬油製程要標示清楚，但醬油混充事件仍層出不窮，消費者人人自危，老闆堅持傳統釀造手法，希望帶給大家的是健康安全的醬油，也許不華麗，卻真實而簡樸。
- (四) 現在大部分的人都會到大賣場去購買生活所需用品，但是醬油商品若要在各大賣場上架需要達到一定的數量，老闆表示以他目前的人力、設備，根本達不到這麼高的產量，要在各大賣場上架實在是難上加難呀。
- (五) 在訪問的最後，我們看到一瓶標籤斑駁的未拆封的醬油，仔細一看製造日期居然是 105 年製造的，我們好奇的詢問老闆為何不丟棄過期這麼久的醬油，老闆笑了笑回答：這瓶才是真正的寶貝呢！醬油就好比酒類越陳越香，放置越久的醬油香氣越足夠，是許多老饕的最愛…。

步驟三(2) 探索世界觀- 問卷調查

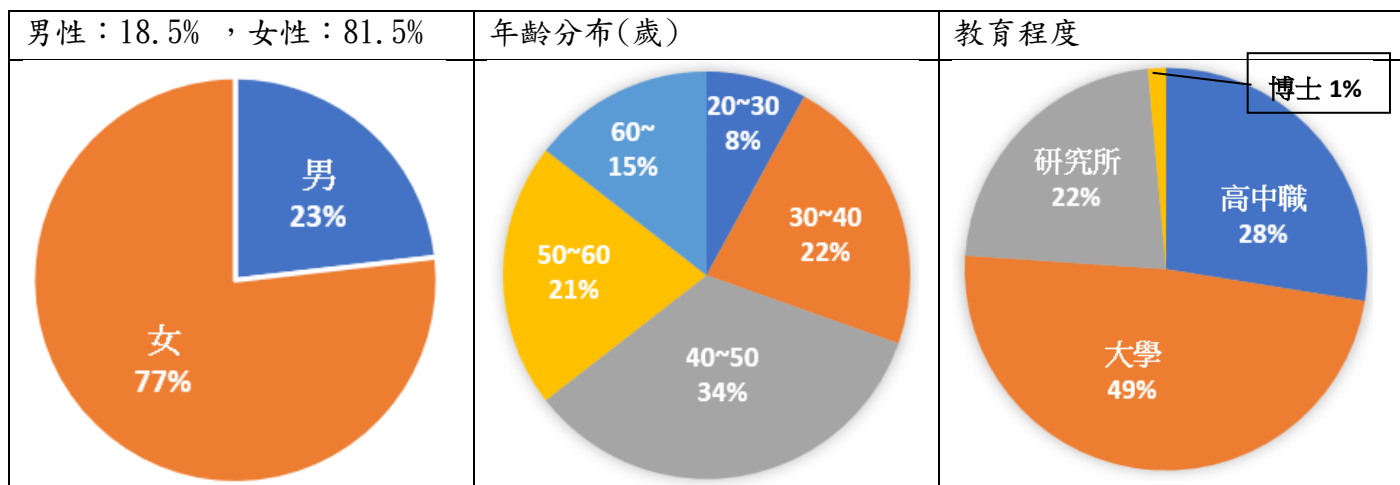
我們設計了一份問卷，主要是想了解花蓮人對醬油的消費行為，我們在各大賣場前發放問卷，花蓮人的熱情，更增加我們做研究的動力。



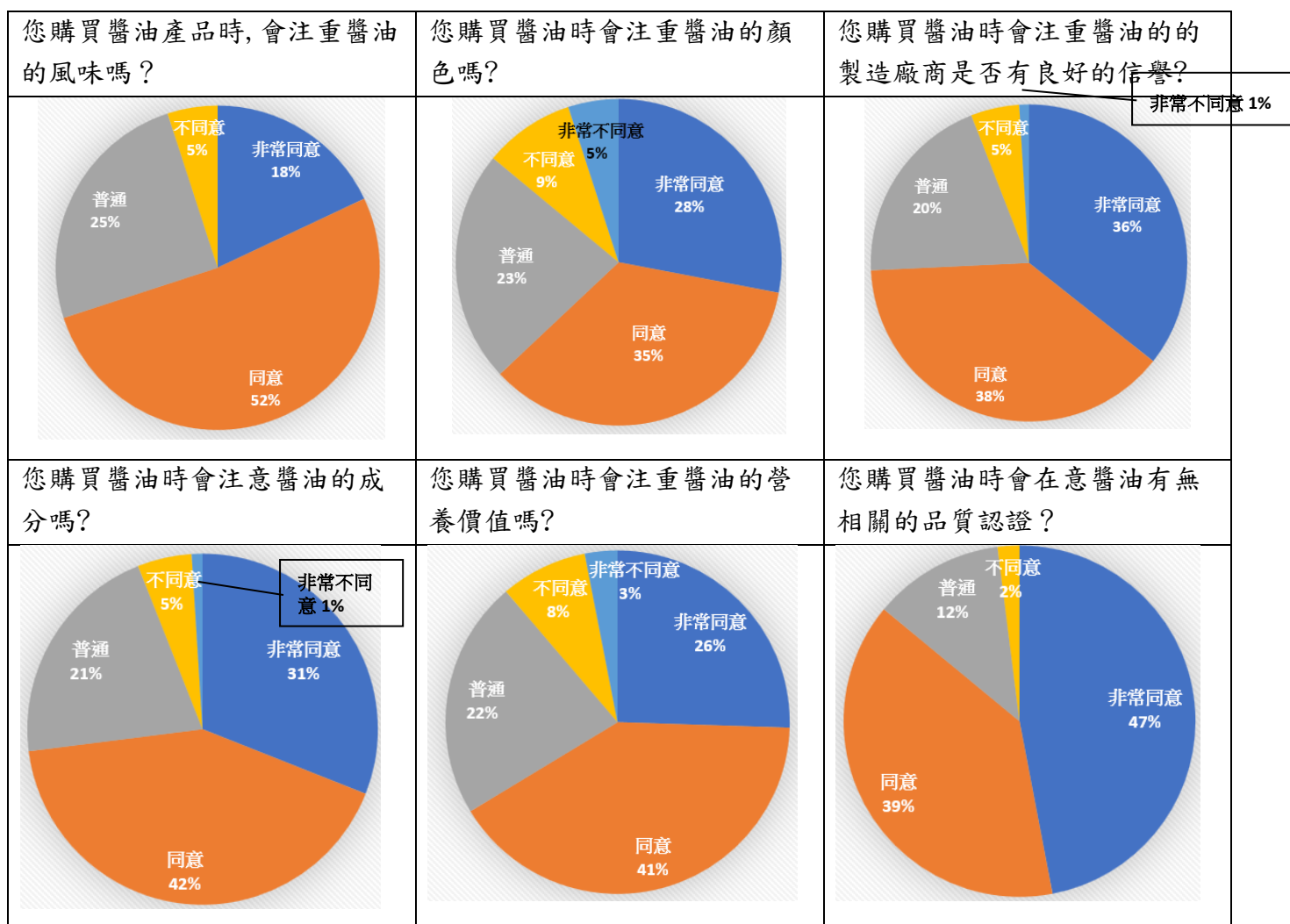
(一) 問卷資料統計

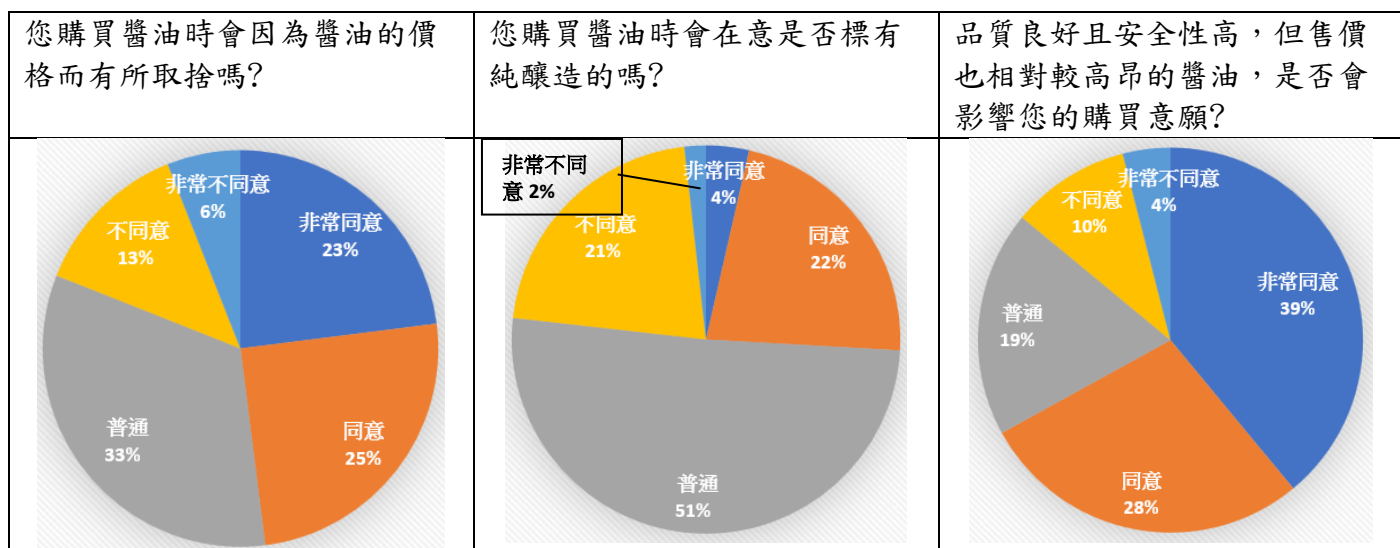
總發放問卷：150 份，回收問卷：147 份，有效問卷：138 份

(二) 基本資料分析



(三) 民眾對於醬油的消費行為分析





(四) 問卷分析

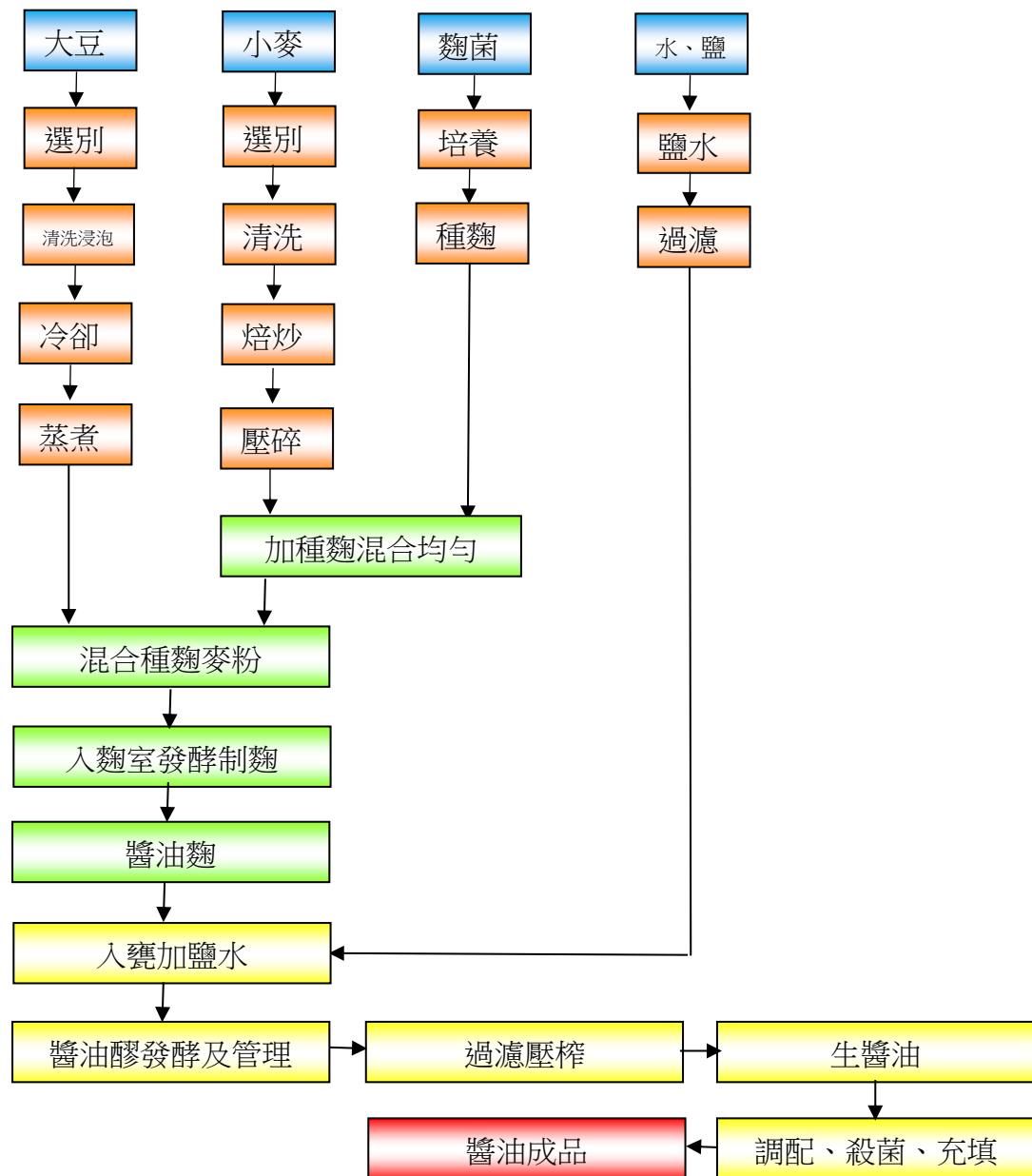
1. 醬油是料理中的靈魂角色，醇黑帶著琥珀般的色澤，以及獨有的鮮味，仍然會影響消費者的購買意願，故在醬油的「風味」和「顏色」中，「同意」與「非常同意」共佔了六成以上。
2. 消費者在選購醬油時，對於其「成分」及「營養價值」頗為注重，在「同意」與「非常同意」共佔了六成以上。
3. 消費者在選購醬油時，在「品質認證」與「製造廠商信譽」佔了非常高的比例，在「同意」與「非常同意」共佔了八成以上。
4. 消費者購買醬油時，價格也會影響其購買意願。
5. 將近一半的消費者，對於醬油是否有標示純釀造表示「普通」。

步驟四 形成新世界觀

(一) 純釀造醬油與發酵

回顧中外各民族，不論是在食物保存或是飲食調味上都會仰賴當地人文、自然、生活條件而發展出當地獨特的發酵食品，例如：韓國泡菜、日本味噌…這也是先民們的生活智慧的展現。通常在常溫下完成發酵的食物，基本上都比較好消化、吸收，甚至還可以幫助消化，因為能在含鹽量高的環境下發酵存活數年的微生物，根據科學研究它已經有機會進入人體腸道了。醬油，之釀造原理即是將植物中的蛋白質進行水解或降解成其構成之最小分子，因植物種子的蛋白質含量高，利用其發酵，經過一年以上熟成，是自古傳承下來最具歷史的益生菌食物。藉著麴菌中酵素、耐鹽性酵母與細菌等共同發酵，並伴隨著複雜的化學反應，產生特殊之色、香、味成分。故發酵越久的醬油，色澤呈深褐色、發亮的醬色，濃郁香醇就像是老窖中的好酒會愈陳愈香；也像陳年發黑的老蘿蔔乾一樣，發酵期愈長，其內含的菌種對人體的代謝愈越有助益。

(二) 黃豆醬油釀造流程圖



整理自續光清：食品工業（頁 371~406）

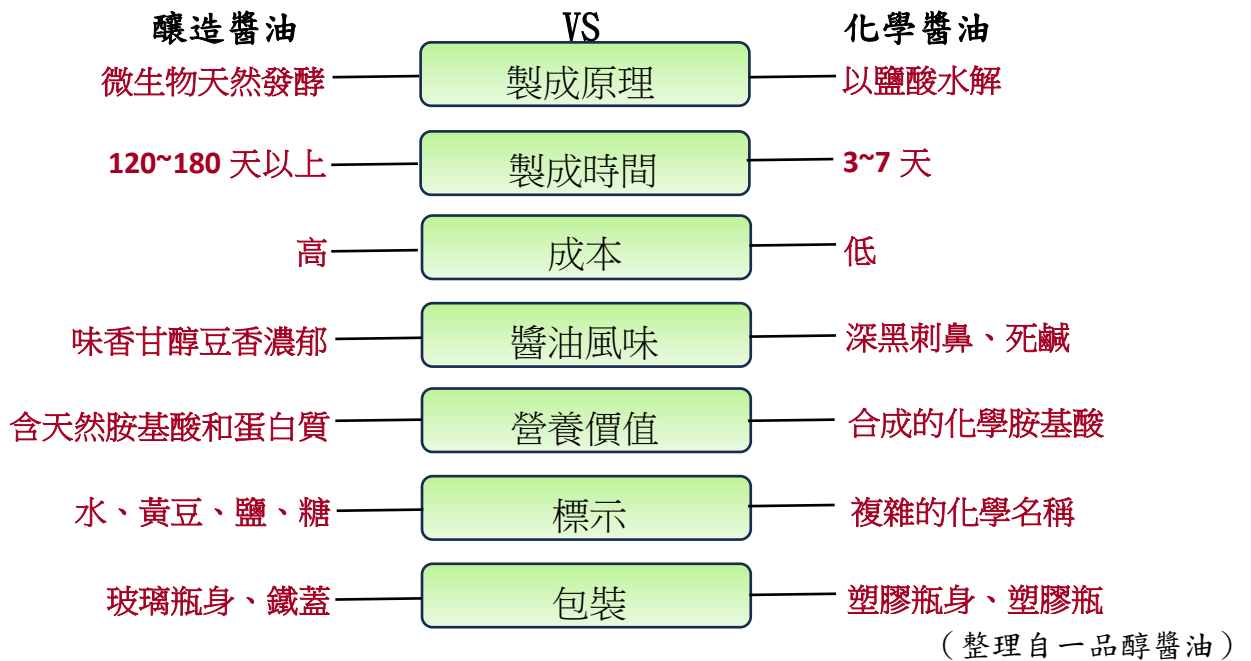
(三) 化學醬油的製作方式

化學醬油以脫脂黃豆粉作為原料，接著加上鹽酸做分解，過程中再以蘇打中和而成，前後大概只要 3~7 天就可以完成。這種用化學快速所製成的醬油，可以說完全沒有醬油原本的風味，營養價值也低，味道酸苦且氣味嗆鼻難聞，更令人憂心的是…鹽酸和脂肪在高熱的環境下，會合成致癌物—「單氯丙二醇」。在現代任何事都講求快速的時代下，古老、長時間的釀造法似乎已經被快速的經濟效益所取代，但是古法釀造的美味是速成食品無法取代的。

(四) 手工純釀造醬油產業的困境

說到純釀造醬油製作最令人憂心的問題就是靈魂人物——醬油師傅後繼無人，純釀造醬油的製作費時又耗力，現代人生的少，一般父母親費盡心思將孩子栽培到大學甚至是研究所畢業，怎麼可能讓孩子來做這種苦工作，即使是自家產業，因為自己曾經經歷過製作醬油的辛苦，大多不希望自己的孩子繼續接手，此外化學醬油以低價方式在各大通路展示銷售，傳統純釀造手工醬油真的很難生存。

整理



步驟五 連結先民的世界觀與學科世界觀

在此步驟中，我們從在地觀察看釀造的科學原理及背後的世界觀，也從世界觀進行反思，我們上述的研究中發現了

(一) 幸福的台灣味

台灣醬油至今已有三百多年的歷史，是由鄭成功播遷來台時引進技術而逐漸發展開來，在日治時代改造，為透明醬油產品之製程資訊，衛生福利部規定醬油產品應於包裝明顯處依其製程標示「速成」、「水解」、「混合(調合)」或「釀造」字樣。

(二) 花蓮民眾對於醬油的消費行為

我們採用問卷調查法了解花蓮民眾對醬油的消費習慣。經由發放問卷所得到的花蓮市民對醬油的消費資料得知，以花蓮的市民為例在風味、顏色、成分、營養價值都佔了六成以上。而品質認證、製造廠商信譽則佔了八成以上。可知受訪者普遍在購買時，會考慮對健康的影響。不過，根據問卷，購買醬油時，價格會稍微影響消費者的購買意願，且將近一半的消費者，考慮醬油的純釀造大部分都回答普通。由此可知再推廣手工醬油時，考慮消費者對純釀造方法、益處的不了解，和相較於化學醬油更昂貴的價格，可能會降低消費者的購買意願。

(三) 實際走訪醬油工廠~一品醇醬油

我們實際訪查了花蓮在地的純釀造手工醬油廠~一品醇醬油，老闆從選豆開始就非常注重其品質，接著洗豆蒸豆→發酵製麴→拌鹽入甕→曝曬發酵→醬醪壓榨→生成醬汁→蒸煮調味→包裝，費工耗時，老闆說以前看爺爺做都不覺得辛苦，自己接手之後好幾次都想放棄，但一旦放棄，這從小吃到大的好味道就再也聞不到了。

(四) 花蓮在地純釀造手工醬油的困境

- 1、化學醬油製程短僅需 3~5 天，價格便宜，是一般民眾的首選。
- 2、手工純釀造醬油製程長，費時耗力，大部分的年輕人不願意接手。
- 3、消費型態的改變，一般民眾以便利購買品牌良好的醬油為首選。

(五) 醬油傳統產業的再生

在製作手工醬油時花費的時間與體力多，導致年輕人不想接手此傳統產業。況且，近年來化學醬油價格便宜，加上消費習慣的改變，以方便購買、品牌認證、價格低的醬油為第一選擇。為了讓好味道能夠傳承下去，傳統純釀造手工醬油可以試著結合在地產業、推廣養身風氣、增加行銷策略、發展觀光工廠與手作課程，讓好味道可以繼續飄香。而我們從在地出發，希望我們的研究可以延伸到全台、世界，讓各個獨特的好味道，能夠長時間的留傳下去。

五、結論

經過反思後，我們提出以下的行動建議：

(一)結合在地產業

醬油是生活中不可或缺的調味品聖品，很多家常菜缺少它就無法做到色香味俱全，帶有豆類發酵特殊香氣和滋味的醬油，除了用於蘸醬，也常用在烤物、煮物、涼拌、漬物、湯底等等，不論外食餐廳、家庭餐桌，皆能常見醬油的身影。若能結合在地美食，如：剝皮辣椒、豆乾…做跨領域交流，或者結合規劃主題活動，以美食、休閒、觀光等型態呈現，讓地方美食與醬油文化做鏈結，讓遊客來到花蓮除了欣賞美景之外，也能惦記著花蓮在地的味道。

(二)養身風氣的推廣

近年來醬油食品問題層出不窮，國人對於飲食健康日益重視，怎樣才能吃得健康，吃得安心，是目前國人最熱門討論話題。伴隨著健康概念的興起，越來越多民眾的訴求不只要吃的安全健康還要吃的營養無負擔，純釀手工醬油除了能保有甘醇美味還能製造出含鹽量較一般醬油減少三至四成的低鈉薄鹽醬油，還能保有豐富的益生菌和發酵物質，這類的物質有助於改善腸道微生物群的平衡，進而增強免疫力，預防腸道相關疾病。

(三)行銷手法的策略

隨著網際網路盛行與行動上網的普及、忙碌的生活，越來越多的人喜歡在網路上購物，數位轉型的浪潮使得傳統產業被迫跟著轉型以提供更多樣化的購物管道與服務，來因應民眾的購物習慣的改變。故傳統純釀造手工醬油可建立專屬的社群粉絲團或者是官方網站，去推廣自家品牌，利用網路行銷創造更多的客源。

(四)發展觀光工廠與手作課程

花蓮一直以來是以觀光業取勝，若能發展觀光工廠，結合產業文化、教育價值或地方特色，進而帶動經濟發展，藉由多元經營的轉型思維，使的原本沒落的醬油產業得以再造，讓遊客從遊玩中體驗醬油生產過程。

(五)產業再生

醬油文化流傳千年，可說是「活」的飲食文化遺產，同時也是先民智慧的累積，我們從在地出發，實地參訪體驗花蓮手工醬油的釀造過程，從中我們深刻感受到堅持做一瓶有文化的醬油是多麼的不容易，同時也藉由問卷調查了解一般民眾對於醬油的消費行為與偏好，最後希望可以透過本研究讓大眾深度認識台灣醬油飲食文化，重拾國人的食品安全與飲食自信，讓好味道可以繼續傳承下去。

六、參考資料

- 林炬壁(2012)。花蓮講古。花蓮：花蓮縣花蓮市公所。
- 續光清(1984)。食品工業。台北：財團法人徐氏文教基金會。
- 陳奕丞(2018)。探討大台北地區消費者對醬油產品之認知及消費行為之研究。國立臺灣海洋大學食品科學系：碩士論文。
- 食品藥物管理署(2018年3月8日)。包裝醬油製程標示之規定〔公告〕。台北市：衛生福利部。
- 李富雄(2013年6月7日)。醬油製程與食品安全〔主題演講〕。2013食品安全與生活座談會演講。
- 黑龍蔭油。醬油由來。2023年09月19，取自：<http://www.olong.com.tw/tw/about/p05.aspx>。
- 潘美玲(2013年11月)：醬油時間的祕密。經典雜誌。取自 <https://is.gd/QZd0no>
- 詹亦菱(2017年09月19)。醬油的故事／連結在地產業~百年醬油找回生命力。台灣大紀元。取自：<https://www.epochtimes.com/b5/17/9/19/n9647259.htm>
- 國語辭典(2019)。醬油。2023年09月19，取自 <https://is.gd/Y2b2LI>。
- 台灣1001個故事(2016年10月30日)。孝心手工醬油 屋頂釀造古早味。〔影片〕。YouTube。
<https://is.gd/87wlu3>