



## 媽媽的好滋味 越式涼拌粿條

顏筱娟

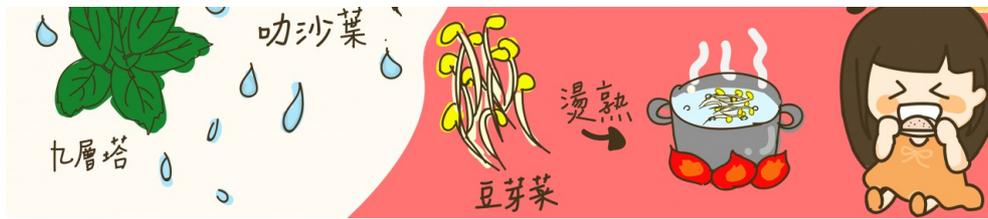
2018/12/09



越式涼拌粿條料理過程簡易，能快速地品嚐到越南家鄉的味道。酸甜的滋味讓人開胃，一口接一口。（圖片來源 / 顏筱娟製）

### 材料準備





食材分為三大類，蔬菜、肉類、澱粉。(圖片來源 / 顏筱娟製)

蔬菜的部分，都可自行更換，但媽媽常搭配越南當地常出現的葉草一起吃，每種葉草都有獨特的香氣與味道，彼此各有特色，但一起搭配卻不衝突。而這幾種葉草洗淨即可食用，不須烹煮。份量則依自身的喜好而定即可。蔬菜也可替換成其他可生食的蔬菜，如萵苣。

肉類在我們家常食用的是「越南火腿」，由豬瘦肉加豬皮做成絞肉，再清蒸而成。越南火腿嚐起來就如同台灣貢丸，但口味上卻比貢丸更清爽。媽媽備料時，我時常會受不住誘惑，先偷嚐幾塊。涼拌麵條中，肉類也可換成一般的豬肉、牛肉都可。

## 醬料製作



魚露是越式料理中的靈魂人物，在涼拌麵條中更是主角。(圖片來源 / 顏筱娟製)

涼拌麵條中的食材都未經調味，唯一的調味便是這碗醬汁。醬汁中所有的材料比例都可依自己的喜好去調味。喜歡鹹一點，就多加些魚露；喜歡甜一點，就多加些糖；喜歡酸一點的滋味，就多擠些檸檬汁。當不小心調味過頭，可多加點水來稀釋。

醬汁製作的第一步驟，先將大蒜與辣椒切碎或搗碎。第二步驟，把所有材料丟進碗中。第三步驟，按照自己的喜好增加材料的多寡，醬汁就完成了！

## 蒸氣浴時間



Q滑的粳條，搭配清爽的蔬菜、越南火腿，再淋上酸甜的醬汁，就成了一道時時刻刻都吃得下的美食。（圖片來源 / 顏筱娟製）

粳條在這道料理中，不需厲害的刀工，只需將完整的粳條，一片一片攤開放入盤中，再放入電鍋蒸軟。粳條蒸軟後，再隨意將其手撕成能入口的大小即可。在越南，也常將粳條替換為米線、河粉等。

## 酸甜好滋味 越式涼拌粳條完成





最後，將所有食材放入盤中，再淋上醬汁，越式涼拌麵條就大功告成！  
( 圖片來源 / 顏筱娟製 )

## 創作理念

我的媽媽在越南土生土長，遠嫁來到台灣。在我成長的過程中，她回到家鄉的次數很少。愛料理的媽媽時常會烹煮越南的家鄉菜與家人分享，也是她解鄉愁的方法之一。涼拌麵條爽口開胃，更是她常端出的一道料理。媽媽逐漸年老，希望趁現在能多跟媽媽學習一些她的家鄉菜，未來，換我做給她吃。

縮圖來源：顏筱娟製



記者 顏筱娟



編輯 李庭安