

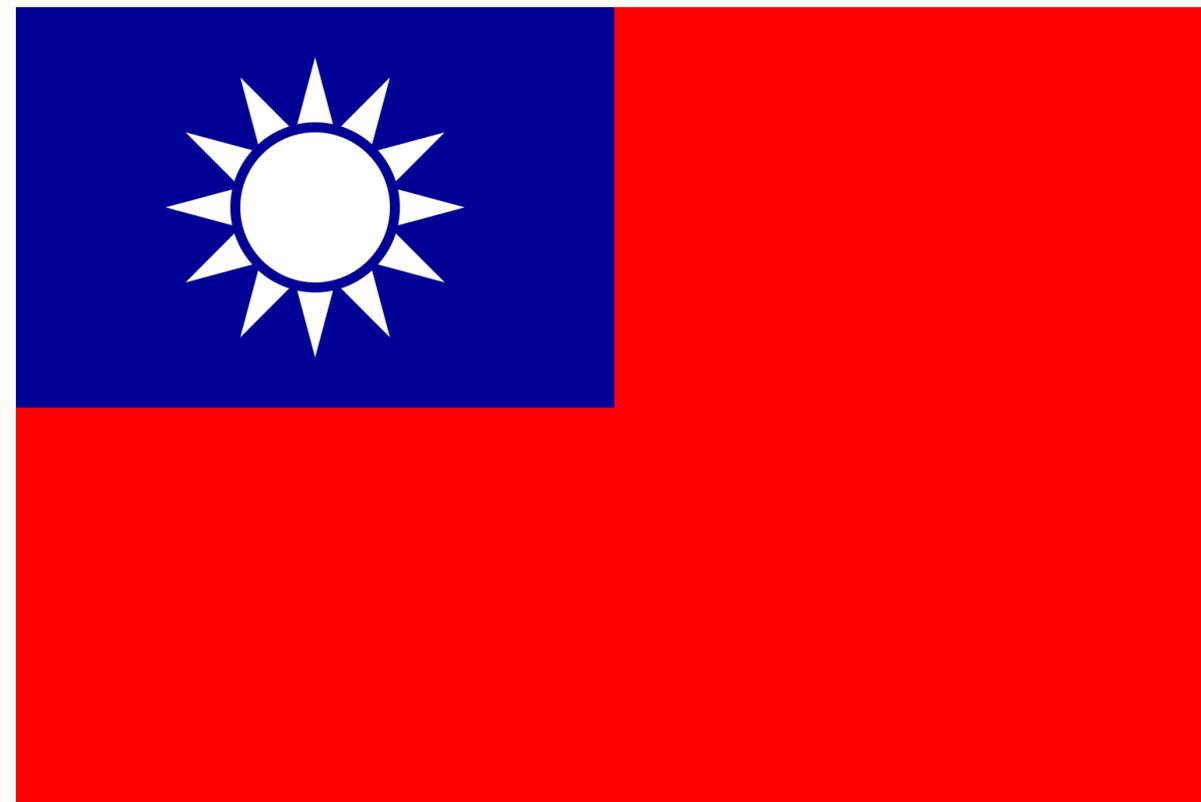


*東南亞美食在彰化*

# 娘惹 2.0

我媽媽來自馬來西亞，是一名娘惹，  
娘惹指的是中國古代的貴族移民融入  
馬來文化而繁衍的後裔。

我爸爸則是臺灣人，所以我是一名混  
血兒，也就是**娘惹2.0**。



# 娘惹菜

「娘惹菜」就是融合**中國**烹調和**馬來**口味的料理，順應環境有所變化。

「娘惹菜」的口味偏酸偏辣，主要因為加進許多**馬來在地的香料**，例如：火蔥（shallot）、肋沙葉、石栗(candlenut)等。

另外，「娘惹菜」也會使用**馬來西亞當地的食材**如椰漿、芒光（地瓜）、江魚子（小魚乾）等等，做為菜餚配料。



# 娘惹糕

「娘惹菜」的代表是娘惹糕點，主要是用糯米粉和木薯粉，加進各種香料蒸製，**會運用七葉蘭(斑斕葉)汁液染色**，所以看起來繽紛鮮麗，吃起來Q軟香甜。

**娘惹糕**其實混合了中國南方的**九層糕**、**紅龜糕**和**馬來在地的阿榜糕**、**蜂窩餅**等小吃，可以說是吸納各家之長，再予以研發的品類。



# 2023年4月，彰化縣外來人口統計表

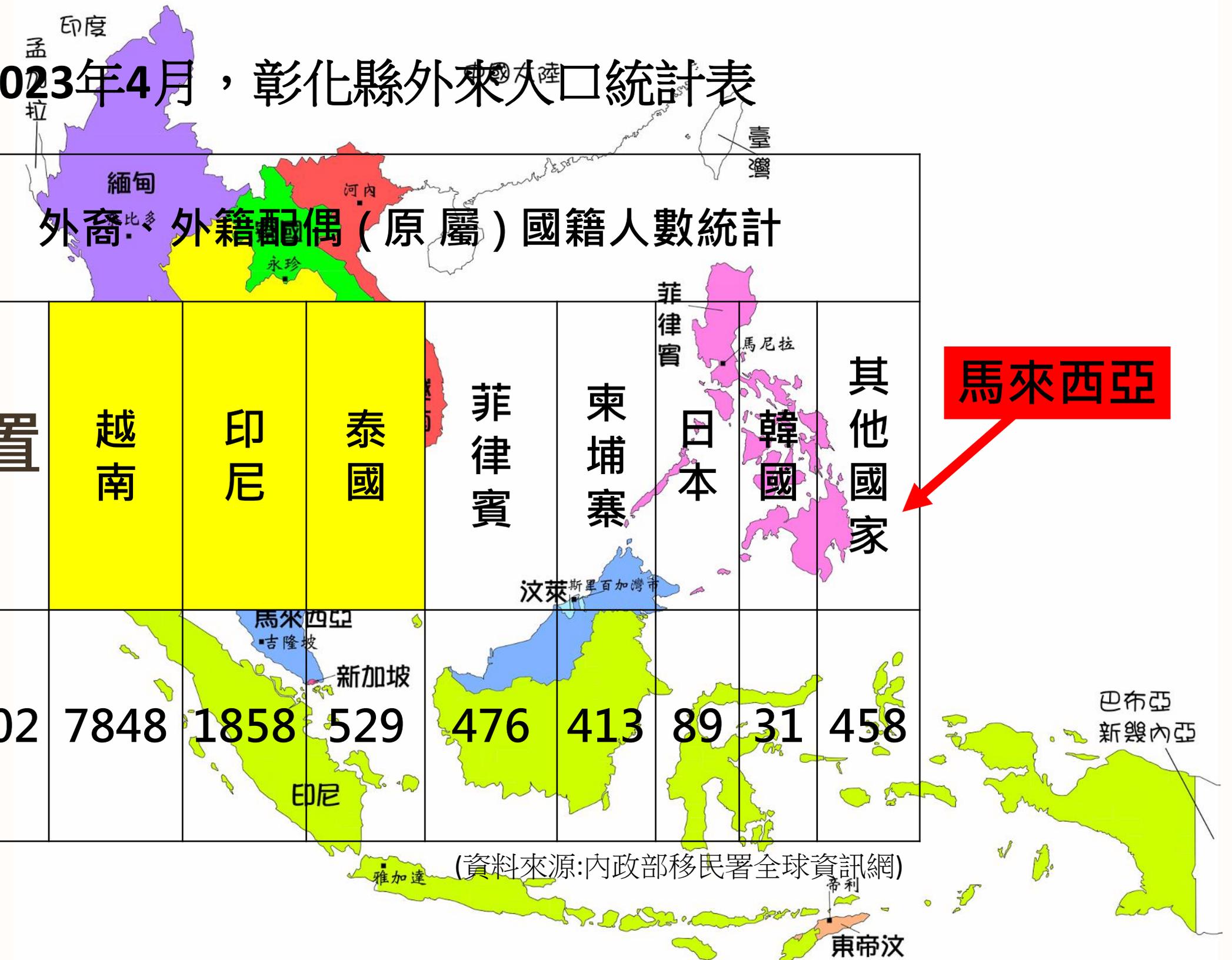
## 外裔、外籍配偶（原屬）國籍人數統計

東南亞地理位置

區域別	外裔、外籍配偶（原屬）國籍人數統計	越南	印尼	泰國	菲律賓	柬埔寨	日本	韓國	其他國家
彰化縣	11702	7848	1858	529	476	413	89	31	458

馬來西亞

(資料來源:內政部移民署全球資訊網)







# 東南亞國家的飲食特色

## 1 口味豐富

東南亞各國氣候高溫濕熱，為促進食慾多採用偏酸偏辣的調味，「椰漿、咖哩、魚露、香料」皆是必備調味基底。

## 2 新鮮食材

食材以新鮮的蔬菜和魚類為主，並以海鮮、雞肉、牛肉為主要肉類食材烹製料理清爽為特色。

## 3 多元文化融合

東南亞各國料理，因地理位置，長期受到中國、印度影響，此外由於東南亞各國的宗教、民族族群相當豐富及大部份國家有被歐美殖民統治，因此飲食文化上更是獨樹一格，多元豐富。



# 田調結果介紹-越南

## 美食風味

越南美食以清淡、爽口，口感細緻，有考慮到台灣客人的喜好及融入當地料理方式做調整。

## 創立緣由

都是由來自越南外籍配偶所創立，她們都來台20幾年以上，熱愛越南料理且勤奮，幾乎全年無休。

## 特色餐點

晴瑩越式麵包位在三民市場中，從早上6:00即販售越式麵包、生春捲、娘惹糕、河粉、涼拌木瓜絲、涼拌米線、豬肉捲、糯米粽等等美食，可作為早餐及午餐食用。金虹及玉莊越南料理中午過後才營業提供**主食類**為主的餐點，主要有**河粉、涼拌木瓜絲、涼拌米粉、炒飯**等等美食。



# 田調結果介紹-泰國



## 美食風味

會使用椰奶及泰滇緬常見香料製作料理，結合台灣烹調手法，口味酸辣，十分開胃，多以合菜形式呈現，並用傳統泰國銀器及陶瓷盤盛裝菜餚，擺盤美觀，適合闔家共同用餐。

## 創立緣由

都是由來自的緬甸留學生或華僑所創立，因此店內美食包含泰國、緬甸與雲南的特色美食。

## 特色餐點

老闆會使用泰國當地的香料或食材進行製作，如：香茅、檸檬草、羅勒。熱門商品有月亮蝦餅，酸菜魚，打拋豬，也會販售甜食、飲料類如：摩摩喳喳、泰國奶茶等商品。



# 田調結果介紹-印尼

## 美食風味

消費族群主要以印尼移工為主，店裡的食材不用豬肉，而香料與辣度也是原汁原味的印尼風味，非常重口味。

## 創立緣由

三間店的老闆娘皆為與台灣人結婚的印尼女性或印尼留學生，為讓來台印尼工作的同胞感受到家鄉的味道而開店。且配合印尼移工的休息時間，Toko Indo Jakarta和Umami平日沒有開店，只有禮拜六、日開店。印尼美食店平日的午餐時間則有特別提供菜肉便當給彰化印尼移工當作團膳訂購。

## 特色餐點

UMMI 販售的餐點品項最多，且有通過清真飲食認證很多辛辣、油炸、燒烤類的重口味食物，店內除了自助式餐點，還有賣很多自家製作的印尼糕點、小吃、零食，並且有販賣自製的調味料罐。

Toko Indo Jakarta的店面不大，販賣印尼家常菜，如經典的烤牛肉雞肉串、牛肉丸子、炸天貝、薑黃飯等等。印尼美食最受歡迎的餐點是雞肉麵牛肉丸子、索托（薑黃雞肉蔬菜湯）、雞肉沙嗲年糕、炸天貝。





# 田調結果介紹-馬來西亞

## 美食風味

馬來西亞常以天然辛香料入菜，製作馬來西亞料理經常會使用香茅、咖哩等香料，也會以斑斕葉、雞肉入菜，其中肉骨茶這個品項會以中藥材混和辛香料做結合。

## 創立緣由

彰化市目前唯一的馬來西亞餐廳丹吡，餐廳老闆來自馬來西亞，已來台14年了，因為結婚的因素來台灣定居，四年前則為了要推廣馬來西亞的美食而開店。

## 特色美食

有南洋特殊風味也不會跟台灣人的口味差太多，南洋肉骨茶湯裡面有綜合的菇類還有嫩得入口即化的排骨，另外海南雞飯用的是黃皮嫩雞肉質嫩滑，所附的薑黃飯也是一大特色。可惜丹吡餐廳以葷食為主，目前沒有針對素食者特別規劃的餐點。



# 東南亞美食於彰化市的發展現況

1

## 豐富選擇

不同東南亞國家的美食在彰化市皆有著各自風味，提供了多樣選擇。

2

## 文化融合

部分東南亞美食與因地制宜，在口味及食材上有所調整，展現不同文化的融合。

3

## 地方特色

地理位置方便，有群聚效應，方便觀光客進行探訪，在日後也能作為本地觀光特色推廣的重點。