

印尼美食 PEMPEK

劉明芳

印尼幅員遼闊，美食小吃特多，來到不同地區，可品嚐截然不同佳餚，巨港有許多華人美食，其中最知名就是 Pempek，口感類似甜不辣或魚丸，還有許多從魚漿做的美食佳餚，如魚漿羹、咖哩魚湯米苔目、魚蛋燒、花枝丸等，非常美味。



巨港人吃 Pempek 習慣沾「酸甜辣醬」，是從羅望子、椰糖、蒜頭、辣椒、蝦米調製的「巨港甜不辣醬」，巨港人稱「Cuko Palembang」，印尼文是「Cuka Palembang」，口感酸甜鹹辣。

巨港本地原住民屬於馬來族，是印尼各民族中有名的喜辣者，巨港小吃、料理整體味道偏辣偏鹹。在印尼，只要說「巨港人」，全印尼人都會說，「最會吃酸辣的人」。此一習性，連帶影響巨港華人飲食習慣，巨港華人也是喜辣一族，許多小孩子從5、6歲開始吃辣。

巨港人喜美食、重視吃，有許多街頭小吃。巨港人對 Pempek 的喜愛，早中晚餐、消夜幾乎離不開 Pempek，以及酸甜辣椒醬（Cuko Palembang）。Pempek 有多種口味，有些包整顆鴨蛋、有些以青木抓絲當餡料，也有配椰漿、紅蔥頭，作成丸子狀油炸。Pempek 尚可配咖哩湯，烹調出美食佳餚。

巨港人的「魚料理」也很精彩，整條魚一點都不浪費，魚頭可煮酸辣魚湯（Pindang kepala ikan）、魚肉作成 Pempek，魚皮可作成魚皮 Pempek，外觀黑黑不討喜，但非常美味。魚骨頭則熬成咖哩魚湯米苔目食材，或作其他料理的湯頭等。

印尼多數人吃酸甜辣醬只會沾一些些，但巨港人直接用喝的，一點都不誇張。由於我在巨港生



長，因此對酸辣特愛，和多數巨港人一樣，吃辣臉不紅氣不喘，酸辣醬用碗直接「喝」才過癮。



在以「白北魚」為主，口感、外觀相似土魷魚。

至於，Pempek 的名稱來自閩南語，指「阿伯」意思。據說，十六世紀時，有位華人老伯伯，看到穆西河盛產線鱧魚，當地居民卻不知道如何料理，老伯伯將線鱧魚製成甜不辣，當地人看他每天上街販售，便以「阿伯」為食物名稱，久而久之演變成「Pempek」。

簡介：

劉明芳老師是在印尼出生長大的華僑，小時候，她常幫忙大人在家裡的空地種薑黃、蕃茄、青菜、辣椒、蔥等。這些作物長成後，不僅是大人下廚的食材，也是她們女生玩家家酒的道具。

當她來到小學四年級，玩家家酒已經不能滿足她的好奇。她開始當大人的幫廚，從削椰果做椰奶、搗辣椒做參巴醬、撿仙草乾熬仙草凍等，這些雜活逐漸累積她

對料理的興趣，以及對食材的認識。



劉明芳老師

十五歲國中畢業，她們舉家搬到台灣。那時她在板橋「華僑中學」讀僑生班，媽媽因為工作關係，沒辦法幫她們煮晚餐。幸好，她小時候在印尼學會的烹飪技能恰可派上用場，那陣子由她包辦弟妹的晚餐。在華僑中學有很多來自印尼的同學吃過她煮的南洋菜後，都感動的說他們想起遠在印尼「媽媽的味道」。讓這些離開僑居地的僑生班同學感動的不全是她們的廚藝，而是他們從她做的南洋料理獲得慰藉。這時南洋料理就

早年巨港人做 Pempek 多採用穆西河 (Musi River) 盛產的「弓背魚」，印尼文為「ikan putak」、弓背魚科類的「ikan belida，英文名稱「featherbacks」，以及「線鱧魚」，印尼文為「ikan gabus」，上述魚類非常適合做甜不辣、魚丸等。現

不僅是食物，而成了人們的精神家鄉——那裡有我們共同尋找的美好事物。

近年台灣因通婚、經商，與南洋國家交流日益頻繁，國人已愈加瞭解南洋飲食文化，愈加喜愛南洋料理。現在，來自印尼的她要和大家分享印尼及其他南洋各國的美食、辛香料，以及飲食文化，邀請大家更加認識南洋的天然好滋味。



劉明芳老師

著作：

《道地南洋風家常料理開飯》
《南洋香料風味全書》
《在家享受5星級巴厘島SPA》
《探索精彩印尼 從美食啟程》
等。

活動暨演講經歷：

綠領協會——烹飪講師
新北市板橋農會有機超市——烹飪講師

城邦出版集團愛生活好吃沙龍——飲食文化暨料理講師
信義學堂——飲食文化暨人文觀懷主講者

2018 年台北國際烘焙展烘焙午茶文化與時尚饗宴——烘焙講座
新北市立圖書館淡水分館——飲食文化暨辛香料講師
台北大世紀扶輪社——飲食文化主講者

台北市錫瑠環境綠化基金會——辛香料暨飲食文化講師

財團法人台北市客家文化基金會——烹飪暨辛香料飲食文化講師

台北市立圖書館、聯經出版社——辛香料飲食文化講師
等其他單位。

媒體採訪經歷：

高雄廣播電台 943——林利主持
擔任受訪嘉賓

2018 高雄廣播電台 943——林利
春節特別節目受訪嘉賓

中廣蔣公廚房——蔣偉文主持
擔任受訪嘉賓

漢聲廣播電台 FB 新鮮事——李
基銘主持 擔任受訪嘉賓

新唐人亞太電視台廚娘香O秀
——擔任料理示範者
等其他節目單位。

媒體報導

《嬰兒與母親》食譜轉載及新書報導

《育兒生活》食譜轉載及新書報導

《TVBS》食譜報導

《關鍵評論網》飲食文化報導

《台灣好食材》辛香料單元報導

《蘋果日報》三菜一湯單元報導

等其他媒體。

學歷：

輔仁大學新聞傳播系畢業

工作經歷：

嬰兒與母親雜誌社 廣告暨行銷業務

經濟日報 企劃

亞世廣告公司 企劃暨行銷業務

〔圖文由作者提供、陳其新編撰〕

* * * * *

安培拉大橋



用日本的戰爭賠款完成工程，至1966年通車。

安培拉大橋長1,177公尺，寬22公尺，設有四線道、二條自行車道和二條人行道。這條橋本來是印尼唯一的升降橋，不過由於河運需求減少和阻礙陸路交通等因素，所以在1970年後，這條橋的橋面就沒有上升過，用以升降橋面的裝置也在1980年代至1990年代期間悉數拆除。橋塔的顏色改變過三次，先後從灰色改為黃色、紅色，當地的都市傳說認為橋塔的配色象徵執政者的權威。

安培拉大橋（Jembatan Ampela），原名朋卡諾大橋（Jembatan Bung Karno），是一座位於印尼南蘇門答臘省巨港市的板樑橋，橫跨穆西河（Sungai Musi），連接巨港市的兩個部分——河上、河下。興建大橋的構思源於荷蘭殖民時期，直至印尼獨立後才使

這條橋樑本來稱為朋卡諾大橋，向支持修建大橋的蘇卡諾總統表示敬意，不過到了1966年蘇哈托掌權後，由於民間反對蘇卡諾的聲浪非常高漲，所以政府把這條橋樑改名為安培拉大橋。「安培拉」是印尼文「人民痛苦的囑託」（Amanat Penderitaan Rakyat）的簡寫。〔載自維基百科〕