

盛夏中一場南洋美食饗宴

南客

2022年7月10日下午，在中正紀念堂西側藝廊，有一場精彩的「南洋辛香料生活」講座，由有「南洋料理達人」之稱劉明芳老師主講，詳細介紹南洋香料群島



食材來源與種類，在日常生活類，如何充分使用中，發展出各種令人垂涎三尺的美食。例如大家都很熟悉的千層蛋糕，原是荷蘭皇家貴族們的點心，加入

爪哇香料後變成人人喜愛的平民化美食，年節喜慶宴會不能缺席的要角之一。

劉老師演講內容豐富，將南洋辛香料作有系統介紹，深入淺出，條理分明，聽眾座無虛席獲得滿

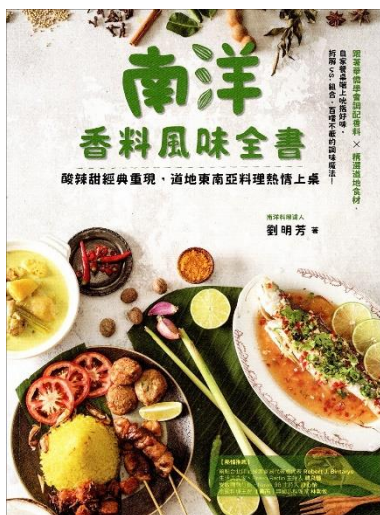
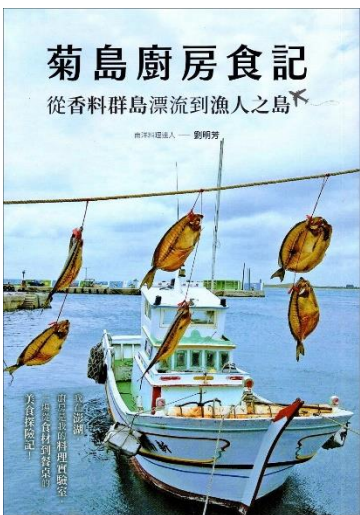
所專為歸僑們再辦一場「印尼美食」饗宴。



堂掌聲，在座的歸僑們雖有廿餘人得與分享，然向隅者仍多，會後幸得潘棟良理事長與劉老師洽商，答應決定擇期在會

劉明芳老師是在印尼出生，排華時闔家回台定居台北，輔大新聞系畢業，曾從事媒體、廣告業。因喜愛美食料理，慢慢培養出興趣，對食物食材料理深入探掘，並將它溶入日常生活裏，由於印尼是辛香食料的王國，出產丁香、肉

桂、檀香、荳蔻等，更調理出許多美味可口的精美佳餚分享大眾。著有「道地南洋風家常料理開飯」、「南洋香料風味全書」、「探索精彩印尼從美食啟程」、「菊島廚房食記」出版，並經常在新聞媒



體及網路上現身，「南洋料理達人」美譽遍傳寶島。

歸僑協會於七月九日 中午熱烈歡迎劉明芳老師蒞臨，大家都來自印尼故鄉內心都有份親切



感，雖初次見面卻話語不斷，和樂融融宛如家人般，劉老師感動之餘便立刻申請加入協會，成為歸僑第二代優秀生力軍。

這次饗宴內容純以印尼美食為主題，互相交換意見心得，談及享譽國際的國寶級美食：把巴東牛肉、沙爹、咖哩、加多加多等佳餚食材、料理成份、製作過程等做

詳細研討，建立共識，要如何將南洋風味香、甜、酸、辣的特色呈現出來。



一般來說，歸僑們對這些美食並不陌生，有時在家中也會自行烹調製作，只是受限於食料來源

不易，無法滿足口腹之慾，這也是印尼美食無法在台普及的原因，不全受製作耗



時費工影響。如今幸得印尼商店普及，貨源充裕方便快捷，不必再受遠道求取食材之苦，並可結合台灣各類食材燃出火花，推陳出新發揚光大，相信必可在不同文化背景的印台兩地大放異彩，與泰國、越南等佳餚並駕齊趨，這是我們所期待的。



午餐時我們享用純印尼家鄉料理製作的佳餚，有 sate ayam、rendang、telur balado、perkedel kentang、sayur lodeh nangka tempe

Kacang panjang，美味可口人人大大快朵頤。

臉書粉絲專頁／南洋料理達人劉明芳：

<https://www.facebook.com/nanya.ngucisinetalent>

IG (Instagram) ..

<https://www.instagram.com/mingfangliu.spice/>

部落格／南洋料理達人劉明芳：

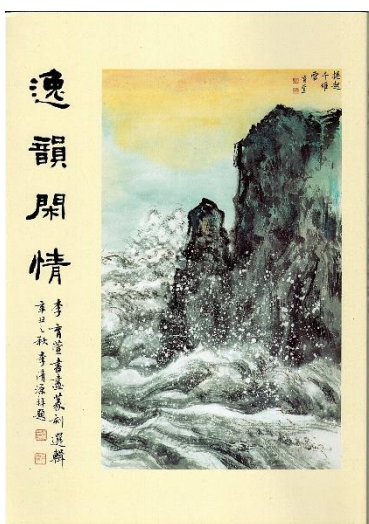
<https://tropicalrose.pixnet.net/blog>

這次餐會有位特別來賓李育萱老師，她也是印尼出生的歸僑子女，幼年時隨家人回台定居，雖對印尼已無深刻印象，猶能不忘故土，懷念之情溢於言表令人敬佩。得悉協會舉辦「南洋美食饗宴」特撥冗前來參加，與衆多同僑鄉親相聚閑話家常。

李老師從幼年起便熱愛古典文學，與書畫結下不解之緣，就讀

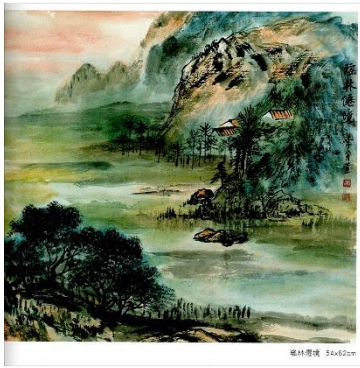
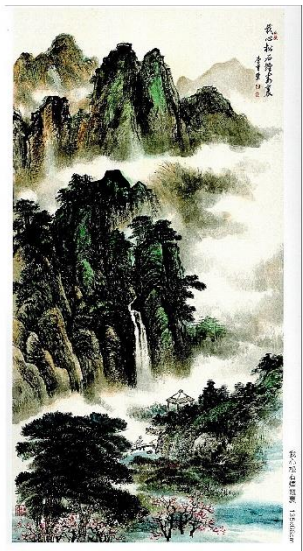
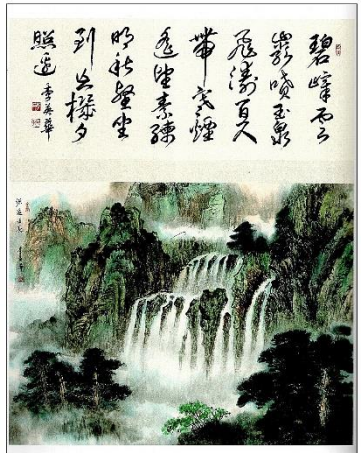
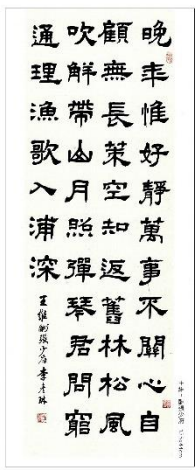
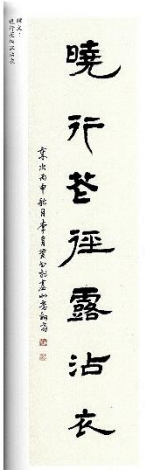


台大中文系，畢業後擔任教職著作英才。課餘則從事書法、繪畫、篆刻等中國傳統藝術，受教於諸多名師鴻儒，如莊嚴、臺靜農等大師教導薰陶，書藝精進成果豐碩。出版「逸韻閑情」李育萱書畫篆刻選輯，內容豐富，印刷精美，值得珍藏鑑賞。



李老師退休後定居永和市，仍筆耕不輟以書結緣，對社區各公私社團付出許多心血，不遺餘力推廣書法教學，義務擔任評審指導工作，獎掖後進深受大眾愛戴。常有佳作展出樂與同好分享，曾在海峽兩岸、日韓等國參展，於雙和市公所、國立台灣圖書館、中正紀念堂藝廊舉辦個展，成績斐然，深獲好評。

2020年10月參加「筆墨縱橫，共抗疫情」第四屆澳洲全國美術作品網路展，名列華語世界「百年台灣的二十位女性傳統書畫名家」，為華人添增無限光彩，我們亦以她優異表現為榮。



會員同鄉或年輕子弟如對書畫藝術有興趣者，可向李老師請教，定可受益良多。
地址：新北市永和區環河東路二段60號15樓
電話：(02) 8972-3946 行動：0931-959-454
信箱：yslee0225@gmail.com