



▲ 彰化肉圓美味可口

在地好滋味 肉圓·羊肉爐

肉圓和羊肉爐亦是彰化的地標小吃。

此物略有地域歧異，在地性格強烈，因此街頭巷尾所見的肉圓多以地名標榜、號召，諸如永和的「潮州肉圓」，臺南東山鄉的「東山肉丸」、柳營鄉的「柳營肉丸」，彰化人遷居鶯歌所立的「彰鶯肉圓」，此外隨處可見新竹肉圓、員林肉圓、臺南肉圓、屏東肉圓……，據說彰化北斗鎮是肉圓的發源地，北斗肉圓外表呈三角形，體積迷你，我一次可以吃10個；新竹肉圓個頭也小，呈橢圓形；一般肉圓則多為扁圓形，直徑約6~8公分。

臺灣肉圓的風格，大抵南蒸北炸，北部以彰化為代表，餡料以豬肉為主。南部以臺南為代表，多以蝦仁為主角。

好吃就是彰化縣肉圓代名詞

彰化縣的肉圓有北斗、彰化、員林三個山頭，各有其作法和口味，彰化味道各有其擁護者，乃彰化縣最具代表性的美食。



▲ 鐵板羊肉

羊肉美食人人愛

羊易於放牧，繁殖、生長又快，地球上不吃羊肉的風俗又遠比不吃豬肉、牛肉者少，普遍為人類所鍾愛。

中國北方吃羊肉以涮肉片為主，從食材、刀工到作料，無一不精，非但切出來的肉片須其薄如紙、顏色透明，還得選用不腥不羶的「西口大尾巴肥羊」，唐魯孫說羊販「一過立夏就把羊群趕到張家口的刺兒山歇伏，那裡林壑幽深，流泉漱玉，碧草如茵，修柯戛雲，羊群在水歡草肥的環境裡，自夏徂秋隻

彰化味道

美食專家
焦桐撰文推薦



▲ 羊肉爐配上用羊油及蒜頭乾拌的麵線真是絕配。

◀ 令人食指大動的羊肉爐。

▼ 狀呈三角形的北斗肉圓風味佳。



隻養得又肥又壯，牧羊販子把羊群一撥一撥的趕下山來，一站一站的往北平趕，等到了西直門外，據說還要圈個三五天，讓羊群喝足了玉泉山流到高亮橋的泉水，再趕進城來宰殺」。

臺灣人也吃涮羊肉，卻無法這麼講究，將羊肉細分為十幾種部位諸如「黃瓜條」、「上腦」、「下腦」、「磨檔」、「三叉兒」、「肚條」、「軟裡脊」……，臺灣的進口羊肉都被凍得瓷實，再用機器刨出，成為捲筒羊肉。然而也毋需自卑，我們發明了羊肉爐。

涮羊肉與羊肉爐的主要差別，在於前者將肉往薄裡片，要吃的時候才入鍋涮熟；後者用肉塊燉煮。其次是湯底，前者秉火鍋工藝；後



▲ 三杯小羊排

者是加中藥材燉補，多熬煮數小時。臺灣只有溪湖的羊肉爐將肉切薄，接近北方的涮羊肉，卻又融合了火鍋特質：彰化羊肉爐除了那鍋羊肉，店家還主動提供各種蔬菜、菇蕈，和玉米、腐皮、凍豆腐等等。



▲ 蓮子蒸羊排

羊肉爐令人垂涎三尺

臺灣羊肉爐最出名的地方莫非溪湖，美味的秘訣是把整隻羊都運用到料理上，其羊肉爐總是加了枸杞，紅色的小果實浮在湯面上，十分好看。其實熬湯底的中藥材常多達數十種，故每家名店都有獨門秘方，因而風味殊異。這些中藥材不外乎當歸、黨蔘、枸杞、川芎、黃耆、熟地、陳皮、黑棗、紅棗、甘草、桂枝、肉桂子、淮山……，另

外不可或缺的是蒜頭、老薑、蔥、米酒。至於肉塊，則先用麻油、老薑爆炒，以增添香味緊實度，再和大骨一起燉煮。

大部分店家強調溫體宰殺，這幾乎是羊肉爐的美學共識，將溫體生羊肉、大骨、中藥材裝入甕內，再加米酒浸泡數小時，用炭火熬煮近一小時，湯頭香醇濃郁，肉質鮮嫩，嫩中帶勁。

一鍋好羊肉爐總是令人讚美冬天。中醫的觀點認為，羊肉味甘而大熱，性屬火，食後可補中益氣，安心止驚，開胃健力。體驗羊肉爐，宜在熱鬧滾滾的情境，以呼呼寒風作背景音樂。

(摘錄自彰化美食指南)

編按

到彰化要品嚐羊肉的美味，除了溪湖鎮以外，溪州鄉、花壇鄉、福興鄉及大城鄉等，也都有各具特色的店家，不僅同樣有令人垂涎欲滴的羊肉爐，還分別有鐵板羊肉、三杯小羊排及蓮子蒸羊排等私房羊肉料理，連老饕都驚艷，歡迎大家前來大快朵頤。