

媽媽的味道好有愛！



文／李枝桃（教育工作者）

「母親節不知道要到哪裡慶祝，知名餐廳都預訂額滿了，好煩唷！」好友娟來找我，為了母親節訂餐問題心煩，直問我有沒有好建議，我想到：「你們姊妹何不聯手煮一頓好吃的，複製媽媽的味道！」娟睜大了眼：「你不知道我最不擅長的事就是烹飪嗎？」

媽媽拿手菜一代教一代

娟談起媽媽的拿手菜如數家珍，從涼拌黃瓜、干絲到自製香腸、佛跳牆、東坡肉、砂鍋魚頭等等，每道菜都形容得讓人垂涎欲滴。「媽媽從不讓我們姐妹插手家事，只叫我們好好讀書就好，我們就業、結婚後，因工作忙碌加上都市外食方便，根本就不下廚。」娟感嘆現在媽媽年紀大，身體健康不佳，那些美味都只能靠回憶了。

「你呢？訂到餐廳了嗎？」我對娟搖搖頭：「我會和女兒一起煮，請媽媽來吃飯，我做媽媽的拿手料理，女兒做我的拿手好菜。」

小時候，愛料理的母親，總會讓我們在一旁幫忙，從撿菜、挑魚刺、切肉斷筋到蒸滷煮炸，甚至最後把廚房環境擦拭乾淨、回復原狀。她把教孩子做家事當成責任，我們縱或偶有抱怨，但也慢慢在烹飪中找到味蕾感官與完成後分享的喜悅滿足。

母親的教誨，我傳承教導給女兒，讓他們知道做家务的邏輯概念及藝術，他們也擅於烹煮，在外租屋讀書、就業，只要有時間即自行烹飪，晚餐吃剩的，當第二

天的便當，他們驕傲地說，便當菜色都讓同學、教授驚豔呢！

廚房天地凝聚家人感情

「你那麼忙，怎麼有時間教他們做菜？他們讀書那麼累，怎有心情做菜？」娟不解的問。我笑著說：「做菜是種藝術，是生活美學，更是絕佳的紓壓方法。想想香滑柔順的芋泥球與酥中帶軟的芋泥鴨，這二道菜難易立判，但在做這二道菜時，都得聚精會神的削芋頭皮，等待蒸軟、搗爛或壓成泥，每一道工序都馬虎不得，在削切揉捏中，壓力就一點一滴地釋放掉了。」

最重要的是一家人一起做家事聊天的情感交流。直至今日，我每次回娘家，喜歡陪媽媽到菜園子摘菜，每次與媽媽一起摘菜、煮菜，再拿著一袋袋的蔬菜回家，心裡總是滿滿的幸福。母女倆不需刻意說愛你，不需想方設法讓對方願意說出心事，在做菜中、在飯桌上、在洗切烹煮中、咀嚼嚥飲下，許多事自自然然的就說了出來，情感也自然的抒發。

娟說曾看過報導，英國名廚傑米·奧利佛說：「希望透過飲食革命運動，教育每個孩子關於食物的知識，鼓勵每個家庭重拾烹飪的樂趣。」她的確有所感，但似乎太慢了，孩子已長大，母親也老了。

我鼓勵她：「如果你都不做，那才叫太慢！就算妳煮的不夠美味，都勝過任何外食的滋味。」她下定了決心說：「好吧，我家就先來『翻轉餐桌』吧！」娟決定了，你呢？

