

閩菜的精華——佛跳牆

· 編輯部 ·

在福建菜系裡面最令人百吃不厭的就是「佛跳牆」，在閩台各地的筵席中幾乎都少不了這道美食，因此被譽為閩菜系的精華，而傳遍中國各地，甚至海外的中華料理及華人社會，有些地方還是必備的年菜之一。

「佛跳牆」是經典的閩菜，就是將所有的食材放進甕裡，加上高湯以及佐味料燜煮而成，一打開就香氣四溢，而甚受許多人的喜愛。

「佛跳牆」自清朝光緒年間流傳至今，而成為華人傳統的菜色之一，由雞肉、竹筴、排骨、栗子、鵪鶉蛋、干貝、香菇、花膠、火腿、冬菇、冬筍、鯊魚翅皮、芋頭、白菜等食材，配以紅棗、香蔥、薑片等多種佐料，有些人會加上鮑魚、豬腳、海參等高檔材料。最上層通常放最名貴的食材，以祈求來年好兆頭。廚師將這些食材依序裝入陶製酒罈，經旺火燒沸後，再改以慢火煨燉而成，由於食材豐富、味道鮮美，令人聞之垂涎欲滴。

佛跳牆名稱聽來忍不住引人發噓，因此想必有一段典故，經編者查考之後理出了一些故事與讀者分享。

話說此道菜餚原名為「福壽全」，係清光緒年間福州某地方官員的廚師所烹調，因為味道鮮美，而以「吉祥如意、福壽雙全」之意，取名為「福壽全」。

後來有一位地方官周蓮的廚師鄭春發將此道菜加以改良後，味道更為鮮美。在某次筵席上甚受賓客讚賞，在座某文人即興賦詩曰：「壇啟葷香飄四鄰，佛聞棄禪跳牆來」，此後就被稱為「佛跳牆」。



又相傳有某皇帝吃膩了山珍海味，即命御廚做一些新鮮口味，否則就要受罰。御廚受命後絞盡腦汁，日夜苦思冥想，遍查各種美饌寶典，或請教民間美食師傅，但是仍然沒能找出妙方。後來在他準備逃離皇宮前最後一次掌廚時，索性揀選一些較好的各色菜餘，依序放進甕裡燉煮。沒想到這道菜餚鮮香撲鼻，吸引了隔鄰修行多年的老和尚爬牆張望，又受到皇上的讚賞，因此御廚就把這道菜取名「佛跳牆」。

另一傳說為這道菜是一位乞丐偶然的發想，這位乞丐每天都帶著瓦罐四處乞食。某日他流浪到一座廟宇旁，當即就地生火，將他乞討的各種殘羹剩飯到在一起烹煮，沒多久即香味四溢，而吸引了廟裡的和尚們，個個忍不住香味的誘惑，而翻牆出來一探究竟，這也是「佛跳牆」傳說中的由來之一。

「佛跳牆」能夠好吃到聞名遐邇，傳遍四海各地，上達王公貴族，下至庶民大眾，當然有其誘人的魅力。雖然各種傳說眾說紛紜，但是也證明了這道菜餚是足以讓普羅大眾共同接受的料理。