



Leisure  
生活休閒



添加甜料的養生豆花口感豐富，其行銷的概念是「加補」，惟獨少了黃豆和蔗糖香味。

## 失味的低糖養生豆花

撰文 | 楊豐銘 攝影 | 陳彥仲

午後躑佇在街角一處高掛「養生元氣豆花」招牌的小店前，聽到一段有趣的交談。

### 甜品也走混搭風

「來，選三樣料。」服務生站在收銀台旁，邊拿著寬口碗公、邊問著。老伯手推眼鏡，狐疑地低頭望著櫥窗內五顏六色的甜料，以及排列整齊的湯水說：「能不能單純吃碗糖水豆花就好，加這麼多東西會好吃嗎？味道都混在一起了。」店家莞爾回應：「不會啦，現在都這樣吃。像是降血壓的

薏仁、解毒的綠豆，還有補血的紅豆等等，一舉數得養身啊！」老人家拗不過食補的行銷，半信半疑中仍買了一碗加了料的豆花。

消費者真的願意接受這般降壓、解毒的「養生」，以及補血、補「元氣」的廣告？

我實在太好奇，趕緊過去搭訕詢問。老伯搖搖頭：「現在的豆花很複雜。我們以前很簡單，就削幾片豆花，再淋上熱的或冷的糖水就好了。想吃好一點，頂多就再加一小匙紅豆泥，甜料是陪襯。現在不是，好像只要是甜的東西就能放在一起，搞不清楚吃什

## 楊豐銘

前後旅居里昂與巴黎的社會學者。

興趣為跨國／跨文化的飲食活動與親密關係，

例如：珍珠奶茶國際化的機制、台灣法國聯姻夫婦的歷程等。

目前定居台北，正進行有關葡萄酒酒評與農企業的研究。



麼、喝什麼了。這是買給我小孫子放學後的點心，小孩子還不到養身的地步，只想一次吃到很多料，他們就喜歡這種綜合豆花。」

無論簡單或複雜，一碗甜品裡加減配料的混搭概念，並非止於個人味道的喜好，更牽扯到適應時代變遷的問題。味蕾習慣單純、不愛混雜的老伯，他一番話真讓我頓時無言。台灣當下複合式甜品店、混搭式飲食的流行風俗，實為一項世代隔閡。

### 現在的豆花很複雜

本草綱目記載：「豆腐之法，始於漢淮南王劉安。」豆花的始源依此推測也同樣創發於兩千多年前。台灣街巷出現豆花的時期非常遲，日治時期並無吃豆花的風尚。應該是 1949 年後，隨著國民政府遷移來台的廣東、廣西、福建榮民首先沿街販賣這樣家鄉味。由於豆花製作技術及成本都不高，在台灣各地很快地被複製散播開來。

老伯上述的簡單豆花，筆者也見證體驗過：一個木櫃放盛裝豆花的鐵筒，另一個木櫃裝紅豆餡罐、紅糖汁罐、寬口碗公、湯匙等餐具，加上一根扁擔，便能叫賣了；或者用一台推車負載所有的食物、器具。小販用特有的豆花專用平勺，一薄片一薄片地削起豆花，如頁岩般的劃開來疊放入碗裡，再淋上糖汁。

「豆花車倒攤，一碗二角半；囡仔兄，緊來看，看甲流嘴瀾。豆花椿一半，囡仔金看；落袋仔摸咧看，欲買著傷晚。」這首

台語歌謠，把早期賣豆花的攤販趕市集、小孩子簇擁甜食的兩種急迫狀，描述得極為逗趣貼切。

從前經濟普遍窮困，市井小民日常不易吃到五花八門的各式甜品。不意外一碗簡易的豆花，就能滿足平民的味蕾。而今，若要吸引食客「看甲流涎」，就不得不加強與包裝其內容和形式，再賦予新的飲食涵義。

豐富豆花週邊的配料和訴求食補，不失為一個途徑。腦筋靈光的生意人很快想到，足食社會中的人民多腸胃病。因為多食而容易敏感或是食滯，腸胃需要進食一些消滯解膩的養生食品，像是紅豆、薏仁、蒟蒻、綠豆、芋頭、花生、蓮子、白木耳等，堪稱另類的「八寶」；還有消暑的愛玉、檸檬汁，以及暖冬的薑汁。養生飲食在於將食物當作藥物，期待藉由食物而更健康、更長壽。添料、換湯，這便是以「加補」邏輯行銷的養生豆花。

截稿前，筆者光臨另一家豆花店，卻有著完全不一樣的作法。「現在人怕胖，所以我們的糖水不甜。如果要喝甜一點，旁邊桌上有罐濃糖水，自己再加。」店員很得意的說。低糖，這回的養生豆花是以「減少」的方式進行。

一碗簡單的糖水豆花，被附加食物或心裡因素影響，已聞不到醇郁的黃豆香，嚐不到甜潤的糖湯。失去最初的滋味，加加減減的養生之道，是否過猶不及呢？