



## 肚子餓，最好吃

回想起小時候，吃的食物很簡單。偶爾外出用餐，想吃好一點，就選擇排骨飯、雞腿飯、牛肉麵；想便利些，蚵仔麵線、陽春麵也是一餐，記憶中的美味不曾消失。現在品嚐一些極盡講究的食物，似乎也沒比過去更享受和滿足。

人類因社會活動越來越複雜，慾望也越來越多，許多行為不再出於單純的基本需求，原來餓了吃飯、渴了喝水、冷了穿衣，只求維生，現在顯然要得更多。

為了追求味覺上的極致，消費市場發展出各種吸引饕客的花樣，例如海產店展示活生生的魚、蝦、蟹等，讓客人親自挑選後再烹煮，藉此顯示食材鮮美，又或者溫體肉一直因口感上表現較佳，而被視為美味的代名詞。

然而，這真的是最好的食物嗎？活跳跳的海鮮看似生猛，但為了減少魚隻在狹小容器中過度活動，相互碰撞受傷，可能使用化學藥物，以提高存活率。又如溫體肉，豬牛等動物從飼養場運送到活體拍賣市場，往往處於狹小擁擠的運輸車，夏天受日曬之苦，為了防止嘔吐，運輸前還可能遭禁食，健康狀態備受威脅。

再者，動物若在清醒狀態下被屠殺，會經歷巨大恐懼，過程中有很大的機率會釋放毒素。這些毒素可能無法以清洗或烹煮方式完全去除，這樣的食物顯然對身體無益，這些行為也不夠人道，我們是否真的要為了提高味覺上的享受，經常性、大量性地禁錮生物，或者拉長牠們經歷死亡的時間。

基本上肚子餓，食物就好吃；不餓時，再好的料理也難以帶來愉悅。身為消費者，除了好奇什麼樣的食物最美味，更該好好了解食材的來源和處理過程。如果我們能意識到口腹之慾的滿足和飢餓程度的關聯性，減少多餘的追求，做出對人體健康、對動物人道、對環境友善的選擇，才是更有意義的事。