

艾草包 DIY

文、圖／饒明沁〈油羅田菜菜子自觀班，自然名：橘子貓〉

艾草包又名艾草糰(ㄍㄨㄛˊ ㄅㄨˋ，閩語發音近似ㄍㄨㄛˊ ㄨㄛˋ)，這天在農民曆中是 24 節氣中第六個節氣的「穀雨」，通常出現在 4/20 左右，也是春天的最後一個節氣，代表寒潮天氣將慢慢結束，準備迎接夏季，也意味著氣候開始變暖。此期間因有梅雨季，雨水多，連帶環境中的溼氣仍重，使萬物生機盎然，艾草就在其中。

因此這次活動當天雖是陰天，但是感覺有一股擋不住的陽光熱氣蠢蠢欲動。本次活動開放給民眾報名來體驗客家人製做艾草包的過程，有三個家庭(每家四人)及幾位資助者參與。活動由天任、月桂以及海哥、金美二對夫婦領軍，活動前很多準備功夫已於前一日由道地的客家人天任夫婦完成。

製作工序

1. 艾草米糰 (工時約 30mins)

將去水的米糰搓碎，加入適量的糖，艾草泥分散撒入，以一小塊用熱水燙過的米粉糰當引子，將整盆粉狀物搓揉成糰，再以手洗衣服般的方式大力搓揉。大人小孩全程熱切的齊心協力，到最後搓揉艾草米糰時，是男士表現的最佳時機，充分展現以前農村需要大量男丁的原因。

2. 餡料製作

自製的蘿蔔絲內餡，由領頭羊天任夫婦不停地揮舞著雙鏟變魔術，看起來像極了雙手聯彈。

3. 艾草包製作 (工時約 50mins)

將艾草米糰分摘成小塊，在手掌上弄成餅狀，放入餡料，將邊捏合起來，塗上油後反放在柚子葉上，正面捏塑成想要的樣子(如：直線)。你以為就這樣簡單嗎？沒有包破一次餅皮，你的手感是不會上來的。

4. 蒸煮 (工時約 30mins)

蒸鍋先燒開熱水，放上有艾草包的蒸籠，進行蒸煮。可不可以一次多放幾籠以省時間？嘿，熱能的問題，就看你用哪種爐子了！

認識找艾草

在艾草包尚未蒸熟前，天任利用時間，帶大家到田間尋找艾草本尊，來個實地教學。

品嘗艾草包、午餐

努力工作加上田間活動，熱騰騰的艾草包，正是打牙祭的時候，真是人間美味啊，趁熱吃，最好！接著是由金美姊領軍的油羅餐廳開張了，一道道的菜及湯，讓大家品嘗別處吃不到的特殊菜餚，幸福滿滿。

油羅田還有什麼好玩的

除了主題活動，油羅田更有一般人很少接觸的田野風光，既然難得來，當然應該把握機會好好地走一遭，不要害羞，向土地上的眾多原住民打個招呼吧，就像這個孩子一樣！四月底五月初，油羅田有滿山的油桐花等著你來。這裡是大家的家，歡迎常來走走，並請支持我們的夢田計畫，讓我們走的長長久久，為土地盡一份力，更為自己的生活找樂趣。♡



募款專案〈夢田實現〉
專案詳情：<https://goo.gl/VzHBQQ>