

大專校院學生國際體驗學習計畫 學生計畫書



馬來MORE

傳統市場飲食文化與環境衛生之比較

國立台灣海洋大學食品科學系

何舒莛

李念庭

涂之惠

| | | | |
|----------------|----------------------------------|------|------------|
| 計畫名稱 | 馬來 MORE： 傳統市場飲食文化與環 境衛生之比較 | 體驗型態 | 遊學 |
| 出國地點 | 馬來西亞 | 出國期間 | 7月1日至7月14日 |
| 計 畫 成 員 | | | |
| 編號 | 系級 | 性別 | 姓名 |
| 1 | 食品科學系四年級 | 女 | 何舒蕙 |
| 2 | 食品科學系四年級 | 女 | 李念庭 |
| 3 | 食品科學系四年級 | 女 | 涂之惠 |

壹、 學習主題

一、 動機

由於馬來西亞的種族組成繁複，使得其人文風情濃厚，且因為過去被殖民的歷史，各個文化相互並存，甚至促成獨特的次文化。就食物來說，著名的「娘惹菜」兼具中國華人以及馬來人的特色，主要以咖哩、椰漿、辣醬等調味，菜色宛如中國菜，但口味卻酸甜苦辣參半，與中式料理大大不同，說是衝突，卻又搭配得恰恰好，顛覆我們的台灣口味！

會知道這些是因為在一次與來自馬來西亞的朋友聊天中所得知，馬來西亞的口味多樣化，是由於他們的種族構成所導致，在馬來西亞可以嚐到道地的印度菜、我們熟悉的中國料理，還有融合的口味！全興國際水產也曾到我們系上演講，提到馬來西亞與台灣同為海島型國家，有豐富的海產，如魚、明蝦、花枝、龍蝦、蟹等美味海鮮，有別於台灣的是，馬來西亞地形廣大，相較於大陸較為破碎，非常適合發展養殖業，內陸的河流流域，適合淡水養殖，而海岸平原就有發展漁業的潛力。

就讀食品科學系的我們，對於「食物」都要隨時保持敏銳的雷達，又古人云：「民以食為天。」，因此我們決定動身前往美食天堂——馬來西亞，了解海產之於馬來西亞人民是否像在台灣一樣重要？漁業產業是不是也很發達？同時從飲食文化的角度深入探討，在多元文化的薰陶下，不同種族、不同信仰的人們是如何互相並存，且交織出如此特殊的味道。在同一個國家中，經歷過不同的殖民，南北兩地如檳城、馬六甲及吉隆坡，對於舌尖上的挑剔是否又有不同的風味呢？我們將拜訪當地娘惹糕工廠，與店家們深入訪談，以初步了解馬來人飲食習慣，以及其特有的糕點在馬來人心中又佔著什麼樣的地位呢？另外，也將運用所學，走訪各個傳統市場或餐飲場所，觀察其對於食品安全及環境衛生之觀念，並與台灣作初步比較。

二、 馬來西亞簡介

1. 歷史背景

馬來西亞是極富有文化和歷史價值的國家，促成現今多元民族的融合，全歸因於過去豐富的殖民統治歷史。會成為過去強權國覬覦之地，不外乎是有豐富的資源或優越的地理位置，猶如台灣，馬來西亞位於印度洋與南中國海之間，是東西貿易的中繼站。於1400年建立的麻六甲王朝，便是將麻六甲的經濟推到最高峰，成為當時馬來西亞的核心國，吸引了許多中國、印度、阿拉伯和歐洲國家的商人前往貿易，當時明朝也多次與之交易，成為形成多元民族的開端。自此西方強國為取得經濟上利益，紛紛先後佔領馬來西亞，先是由葡萄牙開啟了馬國被統治的命運。接著由荷蘭佔領麻六甲，英國則是在取得馬來半島北端的檳城統治權後，才漸漸在馬來全島鞏固勢力，當時英政府引來了許多華人及印度人移入，為其從事礦場及橡膠產業。日本也曾取得短暫的統治權，然而在多次戰火下，非殖民化的思潮漸漸籠罩在馬來西亞人民中，並促進後續馬來西亞的獨立。

2. 馬來西亞飲食文化

豐富的殖民背景以及利於東西貿易的地理位置，造就了現今馬來西亞的多元文化，因此走在不同的城市中，將可看到不同殖民國留下的遺跡，或漫步於同一條街道上，拐個彎即宛如身處不同國家。最鮮明的例子由建築即可看出，位於西馬北方的檳城，是東西融併的古城，在老城區隨處可見英國、中國、印度或馬來的傳統建築夾雜；麻六甲的殖民背景又比以上兩個城市再更多些，像是荷蘭殖民時期的行政中心——「紅屋」，在2008年檳城首府喬治市及麻六甲更是被列為世界文化遺產之一。人文信仰方面，主流文化有三：馬來人的伊斯蘭文化、華人的中華文化、印度人的印度文化，而通常兩個文化的碰撞，較弱勢的一方不免被同化或邊緣化，在馬來西亞卻是個文化大熔爐，說是相互衝突卻又和諧並存，甚至相互交融出鮮明、獨特的次文化，如華人與馬來人通婚後的第二代，稱之為「峇峇娘惹」、信奉伊斯蘭教的印度人等。

五花八門的美食料理是多元文化之下的副產品，也可以看到有許多海鮮都融入了料理之中。華人移民的開拓使得檳城以華人為主，隨處可見傳統的福建蝦湯麵和雲吞麵等中式料理，其中較著名的是肉骨茶，在我們初步調查下，檳城大大小小的傳統市場隨處可見，其中又以華人市場居多。而印度人集中地統稱為「小印度」，能夠品嚐到道地美食如拉茶、印度煎餅、印度炒麵等，一覽印度風情及飲食文化。馬來本土美食以椰子等熱帶食物為主，如椰漿飯、蕉香咖哩魚及亞參叻沙，亞參叻沙的湯底就是以淡水魚熬煮的。華人與馬來人的文化融合下，產生了次文化——「峇峇娘惹」，娘惹美食融合了兩種族的烹調美學，以咖哩、椰肉與羅望子、烏達烏達等味道自成一派。炎熱的天氣使人胃口不佳，因此熱帶地區都會較偏於重口味，如印度及馬來就以香料文明，辛辣也是其主要的調味，許多海鮮料理也以咖哩、椰漿等濃郁味道的香料作為底，和台灣差異較大。

除了種族間各自的特色以外，不同地點的口味也有些許的差異，像是街邊特

色小吃——樂樂 (Lok-Lok)，原料可以是水產類的魚、蝦，牲畜類的豬肉，植物類的豆子、蔬菜等，製作後的成品猶如台灣的煉製品(魚丸、肉丸)、豆腐、香腸……，最後用竹籤將這些成品串在一起供顧客享用。煮法似刷刷鍋，在馬六甲獨有沙爹朱律的吃法，將一串串的放入濃郁的花生醬中川燙，而北馬的口味卻是以清水川燙，再沾上鹹中帶甜的沙爹醬。因地緣關係形成的獨特吃法，就像在台灣，台南的羹麵都比較偏甜，不合北部人口味，都具有一番特色。不同文化及地緣交錯，造就了琳瑯滿目的美食，使馬來西亞成為一美食天堂。

貳、 執行方式

一、 行前準備

| | |
|----|---|
| 文化 | 利用網路與圖書館的圖書資訊了解馬來西亞之飲食文化特色及當地民俗風情 |
| | 詢問班上及校內的馬來西亞僑生當地的傳統市場文化之特色與特殊飲食風格 |
| | 實際造訪基隆、台北與台中的傳統魚市場進行觀察與紀錄 |
| | 聯繫檳城的娘惹糕工廠 |
| 飲食 | 參與校內舉辦之「僑生週文食展」，品嚐道地的馬來西亞食物，並進一步與不同的馬來西亞僑生交流 |
| | 體驗馬來西亞飲食：至學校附近之馬來西亞餐廳品嚐馬來西亞海鮮料理、體驗馬來西亞僑生提供的當地 curry paste |
| 語言 | 學習基本的馬來語生活會話 |

二、 當地計畫執行

1. 飲食文化差異

A. 觀察攤販販售之商品種類與色香味之差異比較

- 台灣島地理位置跨越熱帶與副熱帶，馬來西亞半島則位於熱帶地區，據其地理位置之差異而造成不同的氣候，影響其食品風味
- 馬來西亞之人口主要由馬來人、華人及印度人組成，造訪不同種族之海鮮攤販市場，比較種族間之食品風味差異與不同種族間文化融合所產生之新興食品
- 造訪南部與北部之海鮮攤販市場，比較馬來西亞南北部之食品口味差異

B. 參訪娘惹糕工廠

- 參觀檳城的娘惹糕工廠，並訪問老闆以了解娘惹文化與馬來西亞之飲食特色

2. 環境衛生與食品安全

A. 探討各別攤販之周遭環境衛生

- 製造出之水產品廢棄物(魚骨、魚鱗等)的處理方式

- 環境整潔之維持情況
- B. 觀察攤販處理食品時之個人衛生
 - 接觸食品人員之衛生情況，與食品接觸時是否保持手部清潔及如何維持手部之衛生
- C. 觀察食品販售時之存放條件與環境之衛生
 - 馬來西亞與台灣在夏季時皆為炎熱氣候，食品存放之溫度、蚊蟲之隔絕及容器的衛生與食品品質息息相關，探討與比較食品販售時之存放條件與衛生對食品之品質與安全

參、 詳細行程

一、 參訪地區、國家

馬來西亞西半島

二、 每日行程（詳細行程如附件一）

| 城市 | 日期 | 天數 |
|-----|-----------|-----|
| 吉隆坡 | 7/1 - 7/5 | 5 天 |
| 麻六甲 | 7/6 - 7/9 | 4 天 |
| 檳城 | 7/10-7/14 | 5 天 |

肆、 安全管控

一、 事前準備

1. 入境隨俗，熟知當地人的禁忌
 - A. 不可用食指指人，若要指示方向，只能用拇指。
 - B. 與馬來人打招呼、握手、饋獻禮品或接物時不可用左手。若用左手接物或打招呼，是對他們不敬的舉止。
 - C. 馬來人忌諱別人觸摸其頭部，除了教師或宗教儀式外，任何人都不可隨意觸摸別人的頭部。
 - D. 不要把腳底展露在他人面前，用腳底對著人是對別人的侮辱。
 - E. 除皇室成員外，一般不穿黃色衣飾。
 - F. 與馬來西亞人交談時，不要把雙手貼在臀部上，這種方式表示發怒。
2. 購買平安保險，投保旅行平安保險，應注意投保年齡、保額、保障範圍及其他額外投保之規定事項，如為出國旅遊，並應詳閱海外急難救助服務計畫之使用須知與方法，並了解保險內容和自我權益。
3. 自己攜帶服用藥物和外傷使用藥膏(不帶粉狀的)，當身體有狀況時不吃別人的藥，休息或立刻就醫。
4. 出國前把計畫書、三個人的聯絡電話、住宿地點電話、國際事務處電話交給父母，出發後前三天要主動打電話回家報平安。
5. 攜帶 5 張大頭貼備用，另將簽證、機票、護照等證件影印備份和正本分開放，以備掛失和申請補發。

6. 事先查詢我國駐外大使的地點和聯絡電話並記錄、隨身攜帶。(附件:駐外大使電話、地址)
7. 詢問學校認識的馬來西亞人是否在執行計畫時在馬來西亞,若有可以留下他們的聯絡電話。

二、 出國後發生緊急事故

1. 冷靜並思考該怎麼處理。
2. 可向附近的店家(如:百貨公司、旅館人員……)尋求協助。
3. 可打電話給當地認識的馬來西亞人詢問解決方法。
4. 要冷靜且清楚說明緊急事故的詳細情形、時間地點,還有需要的協助方式。
5. 記錄所有發生的細節、處理過程,留下文字紀錄、影印備份,以利後續追查免於糾紛。
6. 打電話或郵件給學校國際事務處的老師報告詳細內容。

三、 相關單位及聯繫窗口

1. 外交部 (www.mofa.gov.tw)
「旅外國人急難救助全球免付費專線」: 800-0885- 0885
2. 交通部觀光局 (admin.taiwan.net.tw)
緊急聯絡電話: 0800-211- 734、02-2349-1691 (上班時間)、02-2749-4400
(非上班時間)
3. 行政院大陸委員會 (www.mac.gov.tw)
24 小時緊急聯絡電話: 02-2397-5297
4. 財團法人海峽交流基金會 (www.sef.org.tw)
24 小時緊急服務專線: 02-2712-9292

伍、 預期效益

一、 短期目標

1. 得知不同氣候和文化下,水產品烹調、口味等有何不同,使我們更了解馬來西亞的飲食和習慣。
2. 從中找到台灣和馬來西亞飲食的交集。
3. 馬來西亞由馬來人、華人、印度人組成,各式文化相互衝突,卻又在同一塊土地和平共存、互相融合,經過這次的旅行,我們可以親眼目睹並體驗馬來西亞共存與融合的奧妙。

二、 長期目標

1. 由於國際化的海鮮飲食體驗之旅可以使我們在未來水產加工研發上更具創新、創意。
2. 未來研發的水產加工品可以將馬來西亞和台灣的口味結合,使台灣人慢慢接受馬來西亞的飲食文化。

附件一、每日行程表

| 日期 | 城市 | 項目 | 地點 | 重點體驗項目 |
|-----|--------|------|----------------------------------|---------------------------------|
| 7/1 | 台灣→吉隆坡 | 交通 | 桃園機場→吉隆坡機場 | |
| | 吉隆坡 | 當地市場 | Central market | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形，並進行衛生安全評估。 |
| | | 當地市場 | Petaling street | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形，並進行衛生安全評估。 |
| 7/2 | | 當地市場 | JalanImbi market | 觀察早市之水產品生食和熟食區之種類及口味，並進行衛生安全評估。 |
| | | 當地市場 | Chow Kit market | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形，並進行衛生安全評估。 |
| | | 當地市場 | KampungBaru Sunday market | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形，並進行衛生安全評估。 |
| 7/3 | | 當地市場 | 小印度區 | 印度人的飲食文化分析與體驗 |
| | | 雜貨店 | Syarikat M. A. Palaniandy Pillai | 瀏覽馬來西亞雜貨店風貌，查看乾魚貨的種類以及特色為何。 |
| 7/4 | | 當地市場 | Kasturi Walk market | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形，並進行衛生安全評估。 |
| 7/5 | | 夜市 | 亞羅街夜市 | 夜市販賣水產品之種類、口味，並找出其特色。 |

| 日期 | 城市 | 項目 | 地點 | 重點體驗項目 |
|------|-------|------|---|-------------------------------------|
| 7/6 | 麻六甲 | 當地市場 | Melaka Sentral market (Pasar Besar Melaka) | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形， 並進行衛生安全評估。 |
| 7/7 | | 當地市場 | Jonker street (雞場街) | 市場水產品分析與販賣情形，以及衛生安全評估。 |
| 7/8 | | 雜貨商場 | Medan Samudera | 土產傳統市場，查看乾魚貨的種類及特色。 |
| 7/9 | | 火車 | 麻六甲→檳城 | |
| 7/10 | 檳城 | 當地市場 | Tanjung Bungah market | 觀察傳統市場水產品的生食和熟食區之情形， 並進行衛生安全評估。 |
| | | 當地小吃 | 瑞江茶室、Moh Teng Pheow Nyonya Koay & Canteen | 觀察當地人飲食場所，參觀並訪問娘惹糕工廠 |
| 7/11 | | 當地市場 | Palau Tikus market | 了解當地早市水產品販賣情形以及販賣的熱 食，並進行衛生安全評估。 |
| | | 當地市場 | 小印度 | 了解印度飲食風情，以及衛生安全評估。 |
| 7/12 | | 當地市場 | 阿依淡市場 | 了解當地早市水產品販賣情形以及販賣的熱 食，以及衛生安全評估。 |
| 7/13 | | 當地市場 | 紅園夜市 | 了解當地夜市販賣水產品種類、口味，並進行 衛生安全評估。 |
| 7/14 | 檳城→台灣 | 交通 | 檳城機場→桃園機場 | |