



一粒米，汗 百粒汗

吉雷米、江佩靜（小乖）／著



什麼？ 早餐吃鹹的？

雷米



我們每次回法國探望父母親，都會待上快兩個月，畢竟路途遙遠，難得回來一次，總得待得久一些。

說到法國，一定會提到法式料理。雖然法國美食以料理流程繁複與口味講究出名，但法國人的早餐卻吃得很簡單。法國的早餐時間，餐桌上通常會見到這等景象：洋溢著濃濃咖啡香，搭配乾土司、餅乾跟果醬或奶油，可頌、巧克力麵包、葡萄麵包。雖然看起來也很美味，但是一成不變，日復一日又一日的甜食。

台灣來的小乖最終受不了，問我說：「難道都沒賣鹹的早餐嗎？有沒有早餐店？」我回答她說只有麵包店而沒早餐店，一開始她還不相信，直到自己「去奔牛村走九遍」後，就對找尋法國早餐店死心了。

但是食物的力量真的很大。在一個週末，她準備了一些食材，竟然開始自製早餐起來。首先切個自家農場種植的有機無毒牛番茄，再切點洋蔥，煎個漢堡肉，夾上漢堡麵包，小乖式的台灣漢堡就完成了。桌上的咖啡當然也不會浪費，加點牛奶，灑點糖，變身成台式咖啡牛奶。最後

大功告成，一道色香味俱全的台式早餐出爐了，小乖心滿意足地端上桌，準備享用。

法國阿母這時也下樓來，進得廚房，才看了一眼，滿臉睡意突然變成滿臉訝異，然後問：「這個是早餐嗎？早餐吃鹹的？」因為對法國人來說，漢堡或三明治不是早餐，比較像午餐。

幾次之後，我阿母也見怪不怪了。小乖甚至也開始煮起白粥，做鮪魚蛋餅，而阿母也偶爾會試吃一兩口，雖然她還是覺得早餐應該要吃甜的。

小乖和我阿母對早餐的反應，我早習以為常，畢竟我也在台灣打滾多年，可以理解。

說起台灣早餐店數量，真的超級多。我剛到台灣時真的有被嚇到，一條街上少說就有三家以上的早餐店！

台灣早餐的種類也琳瑯滿目，中、西式都有。光中式就有饅頭、水煎包、各式客製化蛋餅、煎餃、刈包、飯糰、碗粿、豆漿、米漿等等；而西式則有三明治、各式客製化漢堡、歐姆蛋、吐司夾蛋、奶茶、紅茶、咖啡牛奶……。

我個人很喜歡台灣的豆漿，喝起來很香濃。在法國也有豆漿，但通常只在有機商店販售，而且口感不怎麼樣，喝起來很稀，價格也貴。台灣豆漿好喝又便宜，有時候買一大包才30元，所以我常常會買來喝。

台灣各地的早餐也有不同的特色。我搬來南部後，台南多變且豐富的早餐文化更是令我驚豔。特別是早餐有鹹粥、虱目魚湯加肉臊飯等，而牛肉湯配肉臊飯更是經典。讓我驚訝的還有乾煎虱目魚腸，晚到的人還吃不到，只能吃手手呢！老實說，叫我這個法國人早上吃鹹的東西已經是一種考驗了，何況是各式各樣的內臟。但凡事總有第一次，總是要「試看覓」。現在我覺得這些都很好吃，也會「呷好道相報」。

南部的溫體牛肉湯是名聞遐邇的。說到這個牛肉湯，我家門口附近其實就有一間店家在賣，但我搬來快四年的時間，卻只見它大門深鎖，不見它營業過，我還以為這只一間已經倒閉、只剩招牌的店。沒想到，某天清晨三點，我們正要出門擺攤時，竟發現它招牌燈是亮著的——它在營業！但因為趕著出門工作，也就沒過去瞧瞧。

後來終於碰到一次時間比較不趕的時候，我們就在出門工作前去品嚐。享用牛肉湯的同時，我們也問了老闆營業時間，原來他在凌晨三點開賣，賣完為止，所以大都早上七點多就休息了。這也難怪我們一直沒遇到，因為我們對於遠程的路跑賽事，通常都在凌晨兩點就出門擺攤去。

說起台南，在關廟有以肉粿加上味噌湯當早餐的，而且淋在肉粿上的特調醬汁也是一絕。店家菜單上可以選擇肉粿數量跟是否加蛋，老闆娘一聽我會講台語，還開玩笑

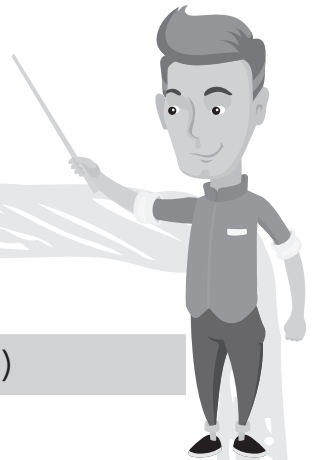
的跟我說「加蛋」不用錢，後來才知道是我誤會了，原來「這邊等」的台語跟「加蛋」的華語是諧音。可能生意太好，老闆直接把數量跟金額寫在目錄上，這樣一忙也就不怕算錯錢。但是想要品嘗的饕客可要當早起的鳥兒，因為太晚到的，可是連醬汁都吸不到。

再來說說高雄吧！在某一眷村裡也有特別的燒餅，裡頭會加上豐盛的配菜，有蘿蔔乾、豆乾、炒毛豆、榨菜等餡料，口味完全可以客製化，任君挑選，只是每次去買，也都要排隊排很久就是。

在嘉義也有一個很妙的炭燒杏仁茶攤，但妙的不是所販賣的杏仁茶，而是攤位環境。我第一次造訪時，還以為是一群左鄰右舍的人坐在門口泡茶聊天，不像是個杏仁茶攤，因為它只用幾個簡單的器具就做起生意：裝著杏仁茶鐵桶、鐵壺、炭爐、鐵杯、椅子。最特別的是沒有桌子，大家圍著老闆，拿著油條加杏仁茶吃，真的是一幅饒富趣味的畫面。

在台灣這塊土地那麼多年了，早已經習慣台灣早餐的美味與豐盛，但我想，早餐店賣的應該不只有餐點，還有跟早餐一樣豐富的人情啊！

一粒米的 台語 & 法語教室



華語	台語拼音（台語文）
我們	guán（阮）不包括聽話者。
每次	kiàn-pái（見擺）
都會	lóng ē（攏會）
早餐店	tsá-tng-tiàm（早頓店）
內臟	pak-lāi（腹內）
全台 名聞遐邇	Tíng-káng ū miâ-siann, ē-káng siōng tshut-miâ.（頂港有名聲，下港上出名）
白吐司	siok-pháng（俗麪）
麵包	pháng（麪）
品嚐	tsiah khuànn-māi（食看覓）
果醬	kué-tsí-tsiunn（果子醬）



華語	法語
早餐	petit déjeuner
麵包店	boulangerie
超市	super marché
可可粉	chocolat en poudre
麥片	céréales
咖啡	café
茶	thé
奶油	beurre
果醬	confiture
可頌	croissant

關於法國人的 早餐習慣



小乖

因為比賽，後來有機會到外地，吃到外面的早餐，但其實是在咖啡店吃的！總有些套餐可以選。A套餐可能就是長棍麵包切片，塗奶油、各式果醬，再搭熱巧克力；B套餐就是巧克力麵包搭配咖啡、茶；C套餐就是可頌搭柳橙汁。

我的天啊！法國是全國統一規定要吃甜的當早餐嗎？

在法國絕對看不到任何早餐店，因為早餐店文化是台灣特有的，法國只有麵包店。一般法國人早上很早去麵包店買東西，再帶回家吃，或是周末去超市採購麵包、吐司回家。

由於法國人早上不喜歡吃鹹的（一大早吃香腸跟蛋的法國人是少數的），法式早餐基本以甜食為主，包含一碗牛奶。年輕人喜歡加可可粉或者是麥片在牛奶裡，而大人偏愛另外喝咖啡或茶。

台灣人會把牛奶加入茶內變奶茶，但是法國人不會。

法國人早餐喝飲料，通常也會搭配乾麵包、白吐司或麵包塗奶油或各式果醬，或吃甜酥麵包，像可頌、巧克力麵包、葡萄麵包、蘋果麵包、奶油麵包等。

另外啊，法國人有一個很可愛的習慣；就是把麵包拿來沾飲料。

俗話說：「早餐要吃好，午餐要吃飽，晚餐要吃少。」雖然早餐是一天最重要的一餐，不過，現代人卻越來越忽略早餐的重要性，往往起床後，只喝了一杯黑咖啡就去上班，反而晚餐時為了自我慰藉而吃得過於豐盛，使得腸胃多了負擔，身材也走樣了。

總之，希望大家都能照顧好自己，並在美好的早晨時光，享用一天中最美好的一餐！

杯底 不可飼金魚

雷米



台灣人喝酒時，習慣說「乾杯」，或是說「杯底不可飼金魚」，至於聚會遲到的人，也往往得到「慢來罰三杯」的懲罰。因此一場聚會下來，很多人會喝得「馬西馬西」，甚至「抓兔子」。

根據我在台灣的觀察，台灣的飲酒文化也相當豐富精采，不輸歐美國家。台灣人多少都有一些飲酒習慣，當然也有些人是滴酒不沾。老一輩的偏愛烈酒，像是高粱酒之類；至於中壯年階層的，則是以喝紅酒跟啤酒為主；年輕人則多喜愛啤酒。

台灣原住民所釀的小米酒香甜可口，而且後勁很強。另外，一般店家還有販售藥酒，如保力達B及維士比等。我曾在台南新化販賣羊肉的餐廳，看過桌上放一瓶藥酒，然後標價一杯三十元。

法國的酒品文化也是歷史悠久、舉世聞名的。法國是全球重要的葡萄酒產地之一，所以不管是紅酒（Vin rouge）、白酒（Vin blanc）或粉紅酒（Rosé），法國老一輩的人用餐時，餐桌上總少不了葡萄酒。

在法國，最廣為人知的葡萄酒產區有Bourgogne（勃艮第）、Bordeaux（波爾多）以及Beaujolais（薄酒萊），但是我家鄉普羅旺斯（Provence）在法國其實也是知名的紅酒產地。我是在葡萄園及酒莊遍佈的地區出生，加上阿公以前也有種葡萄，所以從小就對葡萄酒不陌生。

用來生產紅酒的葡萄得種植在貧瘠的土壤，如此葡萄藤的根才會努力往下扎，好尋找土裡的營養跟水份。這樣結出來的葡萄果實不會太大顆，但所釀出來的酒的風味，卻是相當有層次。

這跟我們做人的道理不也是很相似嗎？含著金湯匙出生的小孩從小若沒受過苦，只知茶來伸手、飯來張口，往後很容易一遇挫折便一蹶不振。反之，資源缺乏的小孩有時為了求生存，從小就會不斷的探索、發掘自我的潛能，努力地尋求各種發展的機會，如同葡萄的根想要尋找水源一般，越挫越勇，反而會累積更多經驗，來應對未來的挑戰。台語有句話說得好：「樹頭站得穩，不怕樹尾做風颱。」（樹根要是穩固了，就不怕樹梢被颱風吹襲），正是這種情況的說明。

法國人還有一種特殊的用餐習慣，就是在餐前喝開胃酒（Apéritif）。一般喝開胃酒，是下班回家後，好好享用晚餐之前；假日請朋友來家裡吃飯時，也會喝一些；家庭聚會時，餐桌上也絕對少不了開胃酒來幫大伙打開食慾。

除了果汁和糖水，開胃酒是法國人常見的飲料，選用的酒品可以是啤酒、水果酒、基爾酒、香檳、茴香酒、威士忌、干邑白蘭地或清淡的白葡萄酒等。

喝開胃酒時，通常會搭配一些簡單的開胃小點，如鹹餅乾、洋芋片、橄欖、花生米、醬肉拼盤、鹹派等等，因為開胃小點真的很開胃，得避免吃太多，免得還沒吃到主餐就已經先吃飽了。甚至還有些餐廳會提供開胃菜加主菜吃到飽的服務呢！

另外，在享用大魚大肉的一餐後，為了幫助消化，有的法國人還會飲用餐後酒（Digestif）。

整體來說，法國人的生活根本離不開酒，我們或許可以說，法國美食只要少了酒，就會索然無味。

老一輩的人用餐時，桌上一定得有一瓶紅酒。但是對於一些住在鄉下，從小便在種葡萄、釀葡萄酒、喝葡萄酒長大的農民來說，一天只喝兩杯葡萄酒，是件很困難的事情。就連在普羅旺斯，很多老人家也是從小把紅酒當水喝的。

不過，最後是吉雷米的小叮嚀，記得：「開車不喝酒，喝酒不開車！」（Lim-tsiú bē-tàng khui-tshia, khui-tshiabē-tàng Lim-tsiú 啉酒袂當開車，開車袂當啉酒）



一粒米的 台語 & 法語教室

華語	台語拼音（台語文）
喝酒	lim tsiú（啉酒）
乾杯	kan-pue／hōo ta-lah（予焦啦）
喝酒喝得 神志不清	lim-tsiú lim kah má-se-má-se （啉酒啉甲馬西馬西）
嘔吐	lia'h-thòo-á（掠兔仔）
烈酒	kāu tsiú（厚酒）
米酒	bí-tsiú／hàinn-thâu-á（幌頭仔）
啤酒	biiru／beh-á-tsiú（麥仔酒）
紅酒	âng-tsiú

俚語與俗諺

杯底不可飼金魚	pue-té m̄-thang tshī kim-hī （杯底毋通飼金魚）
慢來罰三杯	bān lâi huat sann pue
樹頭站的穩， 不怕樹尾做風颳	tshiū-thâu khiā hōo tsāi, m̄ kiann tshiū-bué tsò-hong-thai（樹頭倚予 在，毋驚樹尾做風颳）



華語	法語
喝酒	boire de l'alcool
勸酒	trinquer／porter un toast
開胃酒	apéritif
茴香酒	pastis
果汁	jus de fruits
香檳	champagne
威士忌	whisky
紅酒	vin rouge
乾杯	santé／tchin-tchin／cul-sec
嘔吐	vomir

關於法國人的 敬酒語



法國人勸酒時，都會舉起酒杯，大喊一聲「Santé」，就是祝福對方健康的意思。有的人也互碰酒杯，並喊：「Tchin-Tchin」。

後者這個字的由來很有趣，據說是在清朝末年英法聯軍之役時，法國人發現，每當宴席上的中國人舉起酒杯，都會向身旁的人說聲：「請，請！」後來法國士兵便把這個詞帶回了家鄉，敬酒時開始效仿中國人這麼說，不過卻喊成了「親、親！」。久而久之，「Tchin-Tchin」這個詞也在法國流行起來。

若是要讓對方真的「乾杯」，一口氣將酒喝完，法國人會說「Cul sec」。法文的「Cul」是「屁股」的意思，但「杯底」也是叫「Cul」。所以不要誤會，「Cul sec」是「乾杯」的意思，而不是「乾屁股」喔！