

奇特的米食文化

米是東方人的主食，我們幾乎每一天都會吃米食。台灣到處可以看到稻田，米不只是主食，還可以做成各式各樣的點心零食，尤其是客家人最擅長。

在炎熱的夏天，大家喜歡吃冰冰涼涼的米苔目，這是客家人的傳統米食。除了可以做成甜的，也可以做成鹹的。米

苔目的材料很簡單，只要水、在來米粉、太白粉加水攪拌至糊化，再加入太白粉，把材料切成一條一條，煮到浮起來就可以了。把米苔目加入剉水裡是大家在夏天裡常吃的方式。

碗粿是台南著名的小吃，又叫做水粿。碗粿是把來米磨成米漿水，加入香菇、蛋和滷肉，蒸三十分鐘就可以了。碗粿可以當點心也可以當主食，人們覺得碗粿有象徵花開富貴的意義。

北埔老街最有名的小吃就是板條，板條是客家人的主食，又名粿仔條。觀光客喜歡到北埔吃板條，不管是乾拌或是湯板條。都可以吃到米的香氣，觀光客都吃得心滿意足。

老祖先用了巧思發展出現在多樣的米食，這些米食不只美味也代表台灣的傳統文化，也讓台灣飲食有特色。