

飲食文化篇

在飲食方面，客家人的米食隨著不同的節氣和慶典有各種變化與不同的意義。如一般生活中的米飯、粥、粄條、米篩目，喜慶上的糰粿，清明時節的清明粄、菜包，過年時的年糕、發糕，還有象徵著家人團圓相聚的湯圓，在過年過節、婚嫁宴會時以不同的口味及料理方式皆可品嚐到。然而，在這客家米食文化中，透過比賽新丁粄大小的較勁活動中也可反應了當地客家人在山城中所發展出的集村文化。

特殊的客家飲食文化

客家醃漬文化的開始與其生活環境有其關聯。昔日客家人居住的地多處丘陵、山區，交通不便、物資缺乏，於是將現有的食物以醃漬處理，不但易於長期儲藏，也因在粗重的開闢工作下容易流汗、飢餓，以口味重的菜餚比較好下飯，同時也解決了山區菜色不豐的缺憾。

除了醃漬菜外，特殊的客家菜也多以「鹹」、「香」、「肥」為特色，如鹽焗雞、梅干扣肉、豆豉排骨....都是一道道鹹味十足的菜餚，另外客家菜中使用香料的機會也很大，如香蒜、青蔥、九層塔....這些都是常見的調味佐料，油的香與肥也為客家菜增色不少。昔日窮苦的生活中，為了彌補食物的缺乏而想出的特殊料理，如今卻形成客家飲食的特色。

多樣化的客家米食

發粄、甜粄、菜包、艾粄、鹹粄、粄粽、米粽、粄圓、假喜、糰粿、客家小炒、薑絲炒大腸、福菜湯....等。

