

修平科技大學
應用日語系

題目：拉麵道

指導教師：邱俞瑗老師

姓名：蕭惠鴻

學號：BX97003

姓名：陳湘樺

學號：BX97055

中華民國 101 年 01 月 10 日

目 錄

第一章 緒 論-----	1
第一節 研究背景與動機	
第二節 研究目的	
第二章 日本拉麵-----	2
第一節 日本拉麵的由來與歷史	
第二節 日本拉麵的語源-----	6
第三節 日本拉麵的組成要素-----	7
3-1 麵 條	
3-2 湯 頭	
3-3 配 料	
第四節 日本各地拉麵-----	13
4-1 北海道	
4-2 東京	
4-3 函館	
4-4 九州	
第五節 日本拉麵的吃法-----	18

5-1 吃麵「唏」聲

5-2 吃麵習慣

第三章 結 論-----19

引用文獻

第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

『漢書·卷四十三·酈食其傳』曾說「王者以民為天，而民以食為天」，從這句話中可得知飲食生活為人的生存之根本。在現今經濟成長穩定的時代裡，「食」不在只是生存之根本，也是代表其地方文化的象徵。例如在台灣，當提到「泡菜」時，就會立即聯想到韓國；「咖哩」想到印度；「pizza」便聯想到義大利；「拉麵」則想到日本。由此可知，食物不再只是食物，而是讓人瞭解各個國家的風俗民情與地方文化之重要媒介。

然而在這些代表著各個國家的文化之美食中，「拉麵」在台灣早已是普遍的大眾美食，舉凡百貨公司的美食街、一般商店街、夜市商圈，皆可見到拉麵的蹤影。為何拉麵在台灣飲食中扮演著如此重大的角色？拉麵之基本要素僅僅只是麵條、湯頭及配料，為何就能激盪出千萬種的好滋味？本專題將以此問題為出發點，來探究日本拉麵之歷史演進、種類及分佈。

第二節 研究目的

根據大紀元新聞網（2005）之記載得知，拉麵於日本明治維新之後從中國傳入日本，並非日本固有之美食。然而在現今的社會裡，拉麵卻象徵著日本的文化，此外，也成為現今的飲食生活中普遍、廣大被民眾接受的大眾美食。拉麵之基本要素僅僅只是麵條、湯頭及配料，然而為何能擁有如此重大的地位？為了探討這些問題，並瞭解日本拉麵之文化，本專題將探究日本拉麵之歷史演進、種類及分佈。其探討重點為以下 3 點：

1. 拉麵的歷史與演進
2. 拉麵之種類及其分佈
3. 拉麵之食用文化

第二章 日本拉麵

第一節 日本拉麵的由來與歷史

從大紀元新聞網（2007）獲知，日本的三大麵，即「烏龍麵」、「拉麵」及「蕎麥麵」中，在日本造成熱潮、並演變成代表性的大眾麵食—「拉麵」，其本身乃為中華料理中眾人皆知的拉麵，是由中國流傳到日本，並非日本傳統之麵食。

根據日本新橫濱拉麵博物館的官方網頁記載，在日本，拉麵之歷史起源於西元 1704 年，記載於歷史學者安積覺的『舜水朱式談綺』一書中（此時之「拉麵」乃為「中華麵」），當時之拉麵是為了款待水戶光圀，並未流傳於世。1884 年（明治 17 年）函館「養和軒」的菜單上出現了「南京麵」，並以廣告方式登載於函館報紙上，此乃可能是中華麵在日本的最早之正式宣傳（新橫濱拉麵博物館官方網頁，2010）。大紀元（2007）指出拉麵之技術，乃在 1912 年由日本人自中國引進至橫濱，當時之稱呼並非叫「拉麵」，而是稱為「龍麵」或「支那麵」（乃指龍吃的麵、龍的傳人及中國人吃的麵），且當時之店主人及店員之制服乃是中國式的服裝。關於拉麵之歷史演進，詳述如下（新橫濱拉麵博物館官方網站，2010）：

(1) ラーメン夜明け前

1665 年	儒學家朱舜水以拉麵款待水戶光圀
1704 年	『舜水朱式談綺』一書提到拉麵，為日本對拉麵最早的歷史記載

(2) ラーメン黎明期

1872 年（明治 5 年）	明治維新結束鎖國時期，在開放的港口出現了中華街；橫濱南京街出現了幾間中華料理店
1884（明治 17 年）	函館「養和軒」出現了「南京麵」。以廣告方式記載於函館報紙，可能是拉麵在日本最早的正式宣傳
明治中期	橫濱的南京街出現了「南京麵」的小攤販，

	此後日本相繼出現了中華料理店
1905 年（明治 38 年）	長崎「四海樓」的陳平順推出了「長崎ちゃんぽん」
1910 年（明治 43 年）	淺草「來來軒」創業，為日本第一個以店面開店之拉麵專門店
1916 年（大正 5 年）	佐野「寶來軒」開店
1923 年（大正 12 年）	札幌「竹家食堂」開店，雖是札幌拉麵的元祖，但當時之拉麵並非是濃濃的味噌拉麵，而是以醬油為主的醬油拉麵。此外，第一個由日本人經營的店在橫濱、東京、深川開店
1925 年（大正 14 年）	在喜多方市這個城市，出現了最初的拉麵店「源來軒」
1932 年（昭和 7 年）	在大阪梅田的阪急百貨公司出現了「支那食堂」
1935 年（昭和 10 年）	宮城縣仙台市的「龍亭」開始販賣「涼拌麵」，此為中華涼麵的原型
1937 年（昭和 12 年）	九州最初的拉麵店「南京千兩」以小攤販模式開始營業。此外，在東京都錦糸街的難波二三夫以攤販模式推出了「貧乏軒」拉麵攤（之後的「ホープ軒本舗」）
從這時期前後至戰爭，銀座的「萬福」、京都的「新福菜館」、飛驒高山「まぎこ」等相繼營業。在歷史上當地的元祖拉麵店，很多都是在昭和前半就開店了	

(3) ラーメン定着期

戰爭結束後，在日本全國出現了因戰敗而從中國歸國的日本人所開的拉麵攤販	
1940 年（昭和 15 年）	和歌山市「丸高」以攤販方式開始營業
1946 年（昭和 21 年）	愛知縣名古屋市的「寿がきや」開店
1947 年（昭和 22 年）	尾道市「朱華園」開始營業。久留米「三九」推出了豚骨湯頭的拉麵。「南京千兩」雖是清淡的豚骨拉麵，但「三九」的湯頭是現在的九州拉麵的始祖，且以博多、熊本為首，對九州地區帶來了很大的影響。

	此外，荻窪的「漢珍亭」、北海道旭川の旭川拉麵「蜂屋」、「青葉」開始營業
1948年（昭和23年）	東京都荻窪の「丸長」開店
1949年（昭和24年）	福島縣喜多方市の「まこと食堂」、東京都荻窪の「春木屋」開店
1950年（昭和25年）	札幌の「味の三平」開店
1955年（昭和30年）	開發味噌拉麵の同一年，在中野の「大勝軒」山岸一雄開發了「つけ麵」，之後東池袋の大勝軒以「もりそば」大受歡迎

(4) ラーメン發展期

1958年（昭和33年）	最初の速食泡麵「日清チキンラーメン」開始發售，「支那そば」、「中華そば」之稱呼改成「ラーメン」，並被推廣到全國。此外，東京都武藏境の「珍珍亭」推出了「油そば」
1959年（昭和34年）	福岡のマルタイ發售了「チキン味棒ラーメン」
1961年（昭和36年）	札幌「味の三平」の大宮守人發售了味噌拉麵，引發了之後の味噌拉麵の熱潮，並建立了札幌拉麵の方向性。此外，東京東池袋の山岸一雄開張經營「大勝軒」
1963年（昭和38年）	エースコック發售「ワンタンメン」
1964年（昭和39年）	札幌「華平」の川西寛明提出奶油加入拉麵之案
1965年（昭和40年）	在高島屋物産展中實際演出販賣味噌拉麵。3年後サンヨー食品推出「サッポロ一番味噌ラーメン」，讓味噌拉麵成為了大流行
1966年（昭和41年）	發售「サッポロ一番（醬油跟鹽）」、「明星チャルメラ」
1968年（昭和43年）	日清發售「出前一丁」、サンヨー食品發售「サッポロ一番味噌味」
1969年（昭和44年）	速食泡麵中「ノンフライ麵（無油拉麵）」

	登場
1971年（昭和46年）	日清食品的安藤百福推出速食杯麵，此外，京都銀閣寺附近的小攤販「天下一品」開店
1974年（昭和49年）	橫濱的「吉村家」開始營業，可說是現今最後成立的拉麵樣式
1980年（昭和55年）	在關東引起「豚骨拉麵熱潮」，「味道濃厚的拉麵」開始有了人氣
1986年（昭和61年）	神奈川縣藤澤市的「支那そばや」開張
1987年（昭和62年）	東京都杉並的「げんこつ屋」開張
1988年（昭和63年）	福岡博多的「一風堂」開張
1989年（昭和64年）	速食杯食麵的生產勝過了袋裝麵
1992年（平成4年）	日清發售「ラ王」，繼速食拉麵、速食杯麵後，「生タイプ麵」廣受歡迎，3年前，杯裝麵的生產量超越了袋裝麵
1994年（平成6年）	新橫濱拉麵博物館成立

(5) ラーメン多様化期

1996年（平成8年）	青山的「麵屋武藏」、中野的「香門」、「青葉」、橫濱的「くじら軒」等有自己特性的店家在拉麵業領導了其他的店，從這時間起可以看出拉麵的進化徵兆
1998年（平成10年）	旭川、和歌山、德島的拉麵在全國各地引人注目。留米、尾道、函館、各地的拉麵知名度也隨著上升
2000年（平成12年）	從1996年開始，埼玉、前夜、大和、中村屋等等...明顯地提升多樣性水準的店。同時，鹽味和醬油拉麵造成熱潮，每家店家為了製作高水準店的認知，都在菜單中新添加此兩種口味的拉麵
2001年（平成13年）	有店家名稱的杯裝麵開始陸續發售，此外，有裝潢的拉麵店受到注目
2002年（平成14年）	全國各地以魚、貝類兩種海鮮為湯頭的拉麵開始受到歡迎。「大勝軒」「二郎」陸續

	開起分店
2003 年（平成 15 年）	出現「拉麵販麵機」(ラーメンダイニング)
2005 年（平成 17 年）	「烏白湯」盛行
2007 年（平成 19 年）	開始盛行沒湯的拉麵，東池袋大勝軒關門，此年乃是「つけ麵」成為全國認識的契機年
2008 年（平成 20 年）	「濃厚魚介つけ麵」盛行
2009 年（平成 21 年）	「ドロ系ラーメン」盛行
2010 年（平成 22 年）	「淡麗系ラーメン」盛行

由上文可知，現今日本的代表性大眾麵食—拉麵，並非日本原生麵食。拉麵最早的記載為朱舜水款待水戶光圀時的拉麵，但當時的拉麵並未流傳於世。直到 1910 年在淺草開幕的來來軒，為日本第一家拉麵專賣店，日本各地才相繼開啟了拉麵店。

在日本，拉麵已誕生百年，而拉麵的口味如今還不斷再進化，由於氣候和地域的影響，日本各地皆有不同特色的拉麵種類，起初拉麵的湯頭是以醬油為主的醬油拉麵，接著才陸陸續續推出了新口味的湯頭，如 1947 年久留米「三九」推出的豚骨湯頭的拉麵，為現今九州拉麵的始祖；1961 年札幌「味の三平」的大宮守人發起了味噌拉麵，引發了一股味噌拉麵的熱潮，並建立了札幌拉麵的方向性；1980 年在關東味道濃厚的豚骨拉麵開始有了人氣；1998 年後日本各地的拉麵知名度逐漸上升，也在全國各地引人注目。

第二節 日本拉麵的語源

日本拉麵源自於中國。日本最早關於中國麵條的記載是明朝遺臣朱舜水流亡到日本後，用麵條來款待日本江戶時代的大名—水戶藩藩主德川光圀（維基百科，2011）。

西元 1900 年前後，尚未有拉麵這名詞，當時的日本人稱拉麵為「龍麵」或「支那麵」，也就是指龍吃的麵（龍的傳人、中國人）。日文中常用的「拉麵」寫法為片假名的「ラーメン」。而日文漢字寫法有「拉麵」、「老麵」、「柳麵」（一位柳姓中國拉麵師傅）等 3 種。另外的說法包括：「老麵」、「滷麵」、「柳麵」、「撈麵（粵語）」。最多人認同

的說法是來自於漢語的「拉麵」，所以漢字寫成為「拉麵」(維基百科, 2011)。

在二十世紀的 50 年代，拉麵在日本的別名為「支那そば」或「南京そば (以中國都市命名乃強調其為中國產，而非特指南京)」，日本於第二次世界大戰戰敗之後，政府禁止使用一切關於「支那」的詞彙，故改稱為「中華そば」，但日本拉麵乃切製而成，並非是拉製而成。「そば」是日本使用蕎麥製作的麵條，也稱為日本そば (蕎麥麵條)。至今拉麵一詞的語源仍眾說紛紜，未成定論 (維基百科, 2011)。

在明治時代早期，拉麵是橫濱中華街常見的食品。1900 年代，來自上海和廣東的中國人在日本賣切麵，配以簡單的湯底和配料。在昭和年間，拉麵在日本開始流行，那時拉麵被叫做「支那麵條」。

第二次世界大戰之後，來自美國的廉價麵粉和從中國戰場回來的士兵使得中國風味的麵條大行其道。1910 年出生於台灣台南市的吳百福 (日文名安藤百福) 在 1958 年發明的泡麵 (速食麵) 叫「拉麵」，「拉麵」成為流行的方便食品。由此，「拉麵」這個名詞的使用也超過了其他的名稱的使用。

第三節 日本拉麵的組成要素

拉麵的基本組成要素為「麵條」、「湯頭」及「配料」。在日本，早期最普遍的拉麵是加上日式叉燒、筍子的醬油口味，現今拉麵的口味也越來越多樣化。將使用手工或機械製作的麵條煮好，加上利用豬骨 (日文為「豚骨」) 或雞肉、蔬菜、小魚乾等熬煮的湯頭，大多數都會再搭配日式叉燒、筍子 (日文又稱「支那竹」)、蔥花等配料。針對其基本組成要素，分別陳述如下：

3-1 麵條

麵身的基本材料是小麥粉、發酵粉、蛋、水、鹽等幾項，麵粉採用中筋或高筋小麥粉，外加些鹼粉以增加麵身的 Q 度、彈性，相傳以往有人使用藕粉來製作麵條。而製作麵條所使用的水也是決定麵條好壞的關鍵，水質愈純淨甘美，麵質愈上品，如以高山泉水來製麵，麵條吃來會更加爽口，Q 勁十足 (佐野拉麵官方網站, 2009)。

日本拉麵多數的麵條都是使用麵粉 (小麥粉、強力粉)、水、鹽，

以及「鹼水」(かんすい，又被音譯為「甘素」)為原料，顏色多為黃色。鹼水是指碳酸鉀和碳酸鈉的混合物(有時也會加入磷酸)。曾有人使用內蒙古的湖水來製作麵條，意外發現麵條變得更加美味，因此研究湖水的成份後，發展出這樣的配方。鹼水是屬於鹼性，會讓麵粉中的穀蛋白黏膠質產生性質變化，讓麵條具有光澤感和增加彈性，也會讓麵粉中的黃酮類變為黃色，讓麵條具有獨特的顏色。

日本戰後有一段時期，出現了許多品質惡劣的「鹼水」，並且對健康可能會有不良的影響。現在日本農林規格(JAS)制定了成份的規定，鹼水已經不再有安全性的問題。但也有人不喜歡鹼水那種獨特的味道，而改用雞蛋取代的做法。水含量(加水率)較高的麵條較柔軟，耐浸泡；水含量低的麵條比較有勁，能夠更多地吸收湯的味道，但容易泡爛。一般麵條中水的比例大約為20%到40%。

麵條在各地粗細有所不同，但通常一家店只使用一種麵。拉麵店可以自己製作麵條，也可以在專門的麵廠訂做。訂做時可以指定原料比例、製作方法、晾曬時間等等，以保持拉麵店自己的特點。

正統的拉麵是以手工將麵粉揉成麵糰後碾平，再將麵皮摺疊以刀切成細條。功夫到家的製麵師傅做出來的麵條均勻，寬度和厚度一致，吃起來口感也會特別不同。每家拉麵店都有自己的製麵秘方，獨特的配料不僅增加麵條的味道，也增加了麵條的韌度(佐野拉麵官方網站, 2009)。

拉麵的麵條在各地粗細有所不同，依照日本工業規格制定製麵機裁切麵條的尺寸來區分，拉麵所使用的麵條尺寸，以12號(直徑2.5mm)到28號(直徑1.1mm)的範圍居多。一般常見的麵條有「直麵」、「捲麵」、「粗麵」及「細麵」等幾種。通常喜多方醬油拉麵和札幌味噌拉麵是搭配粗麵；中華拉麵和博多豚骨拉麵則是細麵。口味較清淡的湯頭使用直麵口感較好；口味較濃的湯頭則使用捲麵口感較好，吃麵時可帶起較多湯汁(味千拉麵官方網站, 2004)。



圖 1. 麵條（擷取於味千拉麵官方網站）

3-2 湯頭

湯頭是拉麵的靈魂，許多拉麵店因湯頭美味而聞名。拉麵的湯底大多有基本的調味材料，再添加不同的額外材料，成為各式各樣的湯頭。此外，使用各地區不同的食材，也產生出當地獨特的口味，使拉麵成為深入日本各地的普遍食物（維基百科，2011）。

湯底的常見原料包含：雞肉、豬骨、牛骨、柴魚乾（鰹節）、青花魚乾、小魚乾、海帶、炒黃豆、香菇、洋蔥、蔥等等。拉麵湯通常需要連續燉煮數小時甚至數天。

拉麵的湯底的口味一般來說可分為醬油味、豬骨味（豚骨）、鹽味、味噌味等。此外，也有像擔擔麵般使用唐辛子（一種辣椒調味）的辣味和芝麻口味的湯底、類似生馬麵（日本一種地方麵食）的醋味湯底，以及歐式風味的番茄湯底，甚至也有咖哩的口味。

在日本，許多拉麵店為了保持自己的獨特口味，會使用前一天剩下的湯頭來繼續熬煮，有些拉麵店甚至宣稱，從開業至今其湯頭的爐火從未熄滅。經過長時間熬煮的高湯，已經將動物骨頭中的氨基酸、inosin 酸、乳化脂肪、膠原蛋白等全部熬煮出來，其湯底營養成份十分豐富，美味可見一般。

1. 醬油味

本州最主流的風味，使用日本醬油、雞肉和蔬菜。可隨個人喜好加入辣油和胡椒。

2. 豚骨味

最早發源自九州，使用豬骨長期熬燉出白色的濃湯。也可加醬油成為「豚骨醬油味」。

3. 鹽味

麵湯清澈，源於大正時期的北海道函館，因此又被稱為「函館拉麵」。和其他風味相比，更能突顯出湯底材料本身的味道。

4. 味噌味

使用雞肉熬製湯底，再以日本傳統的味噌醬調味。

除了上述之湯頭外，還有豬骨湯（又稱大骨湯、白湯）及雞骨湯等兩種湯頭。

1. 豬骨湯

至少要熬 24 小時以上，將骨髓和膠質熬進湯中，待湯呈現淺淺的乳白色，散發淡淡的奶香味時才算合格。許多店家不惜以幾十塊豬骨熬製成一小碗的高湯，滋味香濃，常常都需預定才吃得到。豬骨湯味道較重，口味偏重的拉麵均以其為湯底。

2. 雞骨湯

「雞骨湯」比「豬骨湯」較省事，熬煮時間為 4 個鐘頭以上即可。雞骨湯味道則較清淡，適合做味道較淡的拉麵湯底。

3-3 配料

最主要常見的拉麵配料有以下數種：筍片、叉燒肉、魚板、海苔、

蔥花、白煮蛋、各式青菜、白芝麻、紅薑絲、豆芽菜、大蒜泥、木耳絲。其中，叉燒、筍乾和青菜是拉麵不可缺少的配料，看似簡單，處理的過程可不容易。

具備了上述幾項拉麵最基本的原料之後，要想做出一碗口感和美味兼具的拉麵還得費一番功夫。先將青菜炒熟，高湯倒入鍋，湯頭因此添加了幾分青菜的香味；將湯與青菜分離後，事先煮熟的拉麵再置入湯裡；將拉麵與湯攪拌均勻，鋪上青菜、叉燒、筍乾等配料，經過如此繁複的手續，一碗拉麵才算真正完成(佐野拉麵官方網站, 2009)。

在此，介紹拉麵中最常出現的配料之一「叉燒」、「筍片」、「玉子(蛋)」及「味噌」。

1. 叉燒

拉麵上的叉燒肉在製作時，需要用棉繩捆綁起來，用繩子綁起來以後，叉燒的外觀較不容易變型，而叉燒也不會因為熬煮過久而導致肉質碎散影響口感，經過蒸、煮和滷的程序，原本油脂和瘦肉分明的五花肉融合在一起，變得更均勻，又滑又嫩。製作叉燒的煮汁通常以醬油為主。在日本，有些拉麵店的醬油拉麵就是以製作叉燒後的煮汁精華做為湯底。



圖 2. 叉燒 (擷取於味千拉麵官方網站)



圖 3. 叉燒製作過程（擷取於味千拉麵官方網站）

2. 筍片

拉麵上的「筍片」在日本又稱為「支那之竹」，原料為臺灣或中國大陸原產的「麻竹」，最早是由橫濱南京町的中國料理店使用在拉麵上，筍絲和青菜也都必須經過細心挑選，纖維細緻又新鮮者才能採用。



圖 4. 筍片（擷取於味千拉麵官方網站）

3. 玉子（蛋）

日文的「玉子」乃是中文的「蛋」。拉麵上的水煮蛋有很多種做法，基本的做法是將蛋放入煮叉燒肉的醬汁中熬煮，比較講究的製作方式是先將雞蛋煮熟，除去蛋殼，浸入醬油中加少許米

酒煮開，再加入柴魚或鰹魚片，煮個十分鐘，然後放入冷藏庫冷藏兩天再取出使用。另外一種「黃金蛋」則是在一開始煮蛋時控制水的溫度（類似溫泉蛋），使蛋黃介於生熟之間，看起來有黃金的色澤，蛋黃吃起來有類似皮蛋的口感（味千拉麵官方網站，2004）。



圖 5. 玉子（擷取於味千拉麵官方網站）

4. 味噌

味噌是大豆（黃豆）經過發酵 1 至 2 年之後所製成的調味料，口味和發酵時所加入的酵素以及味噌的粒子大小有關，味噌的粒子較粗時吃起來較不爽口，太細時，口感又會稍黏，所以選用上還必須取得二者的平衡點，如信州和仙台的味噌都屬上選（佐野拉麵官方網站，2009）。

第四節 日本各地拉麵

拉麵在日本各地分佈有四十幾種，例如有熊本、博多、札幌、旭川、米澤、喜多方、佐野、高山、和歌山、尾道、富山、久留米、鹿兒島...等等數十種種類。

日本拉麵大抵來說，可依北、中、南三大地理區來區分，由於氣候及地域的影響，日本各地的拉麵皆極具特色。種類不勝枚舉，由北

至南大致可以分成北海道、東京、函館及九州四大拉麵地區來做介紹。



圖 6. 日本各地拉麵口味分佈圖（擷取於新橫濱拉麵博物館官方網站）

4-1 北海道

北海道擁有全日本最佳的氣候、土壤以及水源，以重口味的「味噌拉麵」聞名，特色即在於甘醇香濃，並蘊含大豆強烈的口感，混合了豬骨、雞骨及新鮮蔬果的精華而成的湯頭，加上寒帶特有的粗麵條，油脂豐富、香濃順口的甘美滋味令人入口不忘。



圖 7. 北海道味噌拉麵（擷取於 QOOS 澳門討論區）

4-2 東京

東京「正油味拉麵」（醬油拉麵）是日本拉麵的始祖，屬於關東風味，許多拉麵的店家一定會有這一款拉麵。湯頭是以雞骨為主原料，配以昆布去除肉腥味，再加上風鰹節（柴魚）、小魚干、醬油一起熬製，並以塊狀海苔吸收湯脂，整體的口味較為清淡不油膩。



圖 8. 東京醬油拉麵（擷取於 QOOS 澳門討論區）

4-3 函館

函館地區的拉麵則是以「鹽味拉麵」（蔬菜拉麵）聞名，以鹽味的湯底為主流，是在日本其他地區都沒有類似的當地風味。鹽味拉麵加了多種蔬菜，湯頭口味清淡，更能使人感受到拉麵的真正滋味，是最健康的拉麵。用小火熬煮出淡淡的豬骨湯底，再加上鹽來調味，口味相當清淡。麵條是在拉麵中少見的「直條麵」。也有加上乾酪粉的吃法。



圖 9. 函館鹽味拉麵（擷取於 QOOS 澳門討論區）

4-4 九州

日本的南部九州、博多一帶的「豚骨拉麵」，用豬骨以大火長時間熬煮出乳白色濃湯，因而又叫「白湯」，加上蔥、蒜、麻油調味的湯頭以及咬勁十足的細麵，濃厚的口味另人讚不絕口（味千拉麵官方網站, 2004）。



圖 10. 九州豚骨拉麵（擷取於 QOOS 澳門討論區）

第五節 日本拉麵的吃法

5-1 吃麵「唏」聲

在日本吃麵時發出大聲的唏聲不會有人認為吃相不雅，食用拉麵需趁熱吃。多數人認為，吃麵時發出的聲音越大表示越好吃，事實上，這是一種品嚐拉麵的最佳吃法！日本吃麵發出聲音是他們的文化，也是禮節，日本人認為拉麵實在太好吃了，所以吃的時候一定要唏哩呼嚕的很大聲，而且是一口氣的吸進去，太過秀氣的吃法反而不過癮（味千拉麵官方網站, 2004）。

5-2 吃麵習慣

日本人吃拉麵的習慣並不會把湯喝完，往往會搭配著小菜、白飯、雞蛋拌飯、煎餃一起吃。但因許多高湯花了數小時熬製而成，故為了要將這般美味一同送入口中，所以就只能用力的把麵連同湯汁一起吸上來，才能感受到湯汁和麵條的共鳴。

日本傳統的拉麵配飯吃法，是以雞蛋拌飯為主，在白飯上打上生蛋黃攪拌均勻，吃時將麵條鋪在飯上，和著充滿蛋汁香味的拌飯放入口中，滑膩的口感令人垂涎，可惜台灣拉麵店通常不提供雞蛋拌飯，而以白飯代替（佐野拉麵官方網站, 2009）。

第三章 結論

「拉麵」只是一道普通的食物，但從日本橫濱在 1994 年建立了「新橫濱拉麵博物館」中可知，拉麵在日本飲食文化上佔有相當大的重要性。

拉麵起源於中國，從中國傳入日本，經過歷史的轉變而進化至現今融合日本風格、不同於中國風味的日本拉麵。中國拉麵大多以鹽味為主，日本拉麵則以使用醬油與味噌等日本獨特調味料，或是使用小魚乾與柴魚片等魚高湯的日式風味之湯頭，與原生之中國「拉麵」截然不同。

透過此次專題的分析發現，即使是一道美食，也包含了當地的風俗文化，故食物不僅是填飽肚子的東西，也是可用來瞭解其歷史、地方文化的重要媒介。

引用文獻

茂呂美耶 2004 『物語日本』

維基百科 2011 日本拉麵

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%97%A5%E6%9C%AC%E6%8B%89%E9%9D%A2> 2011.10.17

維基百科 2011 台灣拉麵

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8F%B0%E7%81%A3%E6%8B%89%E9%BA%B5> 2011.07.25

新橫濱拉麵博物館官方網站 2010 日本拉麵的歷史

http://www.raumen.co.jp/home/study_history.html 2010

佐野拉麵官方網站 2009 日本拉麵的由來

<http://www.i-ramen.com.tw/chronicle1.html> 2009

佐野拉麵官方網站 2009 拉麵小百科
<http://www.i-ramen.com.tw/chronicle6.html> 2009

佐野拉麵官方網站 2009 拉麵的組成要素
<http://www.i-ramen.com.tw/chronicle7.html> 2009

佐野拉麵官方網站 2009 拉麵的吃法
<http://www.i-ramen.com.tw/chronicle8.html> 2009

佐野拉麵官方網站 2009 拉麵的種類分佈
<http://www.i-ramen.com.tw/chronicle9.html> 2009

味千拉麵官方網站 2004 食材與食法
<http://www.aji1000.com.tw/Class/FoodRule.htm> 2004

味千拉麵官方網站 2004 各地口味
<http://www.aji1000.com.tw/Class/Taste.htm> 2004

味千拉麵官方網站 2004 麵條
<http://www.aji1000.com.tw/Class/Noodle.htm> 2004

大紀元新聞網 2005 日本拉麵：孕育庶民美食文化饕客排隊解饞
<http://www.epochtimes.com/b5/5/5/14/n921437.htm> 2005.05.14

大紀元新聞網 2007 日本拉麵的歷史（上）
<http://hk.epochtimes.com/7/8/7/49313.htm> 2007.08.07

大紀元新聞網 2007 日本拉麵的歷史（下）
<http://hk.epochtimes.com/7/8/14/49722.htm> 2007.08.14

大紀元專欄文集 2004 林思雲：從日本料理看日本人的性格
<http://www.epochtimes.com/b5/4/11/18/n721628.htm>
2004.11.18

味仙拉麵官方網站 2000 台灣拉麵始祖
<http://www.misen.ne.jp/ganso/index.htm> 2000.03.16

QOOS 澳門討論區 2010 想問大家鍾意食日本拉麵那種味道の湯底
（圖片）
<http://bbs.qoos.com/viewthread.php?action=printable&tid=1700018> 2010.02.02

阿波羅新聞網 2011 日本拉麵湯底裡的秘密
<http://tw.aboluowang.com/life/2011/0830/%E6%97%A5%E6%9C%AC%E6%8B%89%E9%BA%B5%E6%B9%AF%E5%BA%95%E9%87%8C%E7%9A%84%E7%A7%98%E5%AF%86-50601.html>
2011.08.30