

新北市中和區中和國小資優班 114 級獨立研究



畫筆下的煙火氣：  
中和族群、味道與故事的交織

作者：游敦惟

學校：新北市中和國小

指導老師：王翔暉

# 目錄

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 第壹章 緒論 .....                | 1  |
| 第一節 研究動機 .....              | 1  |
| 第二節 研究目的 .....              | 1  |
| 第三節 研究問題 .....              | 1  |
| 第貳章 文獻探討 .....              | 2  |
| 第一節 在地人口與在地飲食文化的關聯性 .....   | 2  |
| 第二節 中、永和的歷史發展與人口變遷 .....    | 5  |
| 第三節 中和的人口變化影響飲食文化 .....     | 10 |
| 第四節 中和在地飲食文化案例 .....        | 15 |
| 第參章 研究內容 .....              | 21 |
| 第一節 研究架構與期程 .....           | 21 |
| 第二節 研究對象 .....              | 24 |
| 第三節 研究工具與資料處理與分析 .....      | 28 |
| 第四節 研究限制與倫理 .....           | 31 |
| 第肆章 研究結果 .....              | 33 |
| 第一節 田野調查與訪談 .....           | 33 |
| 第二節 手札設計與內容：人口與在地飲食文化 ..... | 37 |
| 第三節 手札內在地美食散文創作 .....       | 49 |
| 第四節 《畫筆下的煙火氣》新書發表會 .....    | 61 |
| 第伍章 結論與建議 .....             | 65 |
| 第一節 結論 .....                | 65 |
| 第二節 研究限制 .....              | 68 |
| 第三節 未來建議 .....              | 69 |
| 第四節 個人心得 .....              | 71 |
| 參考資料 .....                  | 72 |

## 摘要

身為中和國小的六年級生，我希望能結合自己對家鄉飲食的好奇以及畫畫的興趣，來探索中和這片土地上族群與味道的交織故事。透過文獻探討與實地走訪，我發現中和的飲食文化其實是一部精彩的移民史：從早期閩南先民的農村味、1949 年後外省人帶來的眷村麵食香、經濟起飛時中南部北漂族帶來的南部家鄉味，一直到近年華新街東南亞新住民帶來的異國南洋風味，造就了這裡多元包容的美食樣貌。為了更深入了解，我親自探訪了廟口的蕭家下港脆皮臭豆腐、南勢角的李家麵館刀削麵、華新街的藍天印度烤餅以及巷弄裡的陳 Q 古早黑砂糖剉冰，聽老闆們訴說他們離鄉背井與在地打拚的動人故事。最後，我將這些田野調查的感動與訪談紀錄，化作圖文並茂的「食光筆記」，希望能用我的畫筆，把這些隱藏在街頭巷尾、充滿人情味與歷史記憶的「煙火氣」永遠保存下來，讓更多人看見我們中和獨特的飲食風貌。

# 第壹章 緒論

## 第一節 研究動機

身為中和地區的居民，我在升上六年級之後希望透過這次的機會來對中和的飲食與人文進行研究，以滿足我對家鄉飲食文化的好奇。

除了探索自己的家鄉之外，我也希望可以結合自己的興趣完成本次研究的成果展現。從以前我就喜歡畫畫，透過繪畫跟圖像創作的過程，我能夠盡情揮灑創意，從中獲得樂趣及培養想像力；而除了繪畫之外，在日常生活中我也樂於品嚐各式各樣、五花八門的美食，探索不同文化的飲食文化。

在這兩個興趣的影響下，促使我在這一次的研究中想透過繪畫的方式記錄生活中的味道與感受。透過手札創作了解自己生長的土地、探索中和豐富而多元的文化特色。

## 第二節 研究目的

- 一、探討中和地區的文化形成對中和飲食文化之影響
- 二、聊解人口與族群和中和在地飲食的關聯
- 三、透過手札筆記呈現研究者所觀察到的中和多元飲食風貌

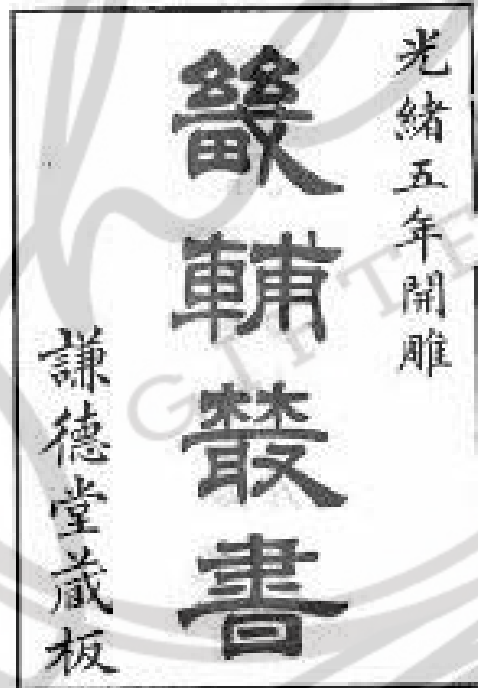
## 第三節 研究問題

- 一、中和有哪些值得被記錄的特色美食？
- 二、中和地區的人口組成如何影響在地的飲食文化？
- 三、這些料理背後反映了哪些族群的文化故事？
- 四、如何透過手札創作呈現中和的多元飲食文化與訪談內容？

## 第貳章 文獻探討

### 第一節 在地人口與在地飲食文化的關聯性

在地飲食文化往往與居住人口息息相關。例如在荷西時期，台灣的飲食受到西方影響，不僅出現了麵包，也引入了許多台灣原本沒有的飲食習慣與食材。根據歷史記載，早期台灣人並無飼養與食用牛肉的習慣，直到荷蘭人引進大量黃牛和水牛後，才逐漸開始食用牛肉。清康熙年間巡臺御史黃叔璥在《臺海使槎錄》（一七二二至二四年）中曾記載：「台灣多野牛，千百為群」，「可圍捕、馴養，與家牛無異」。由此可知，台灣人不僅藉由黃牛推動農業發展，也開始將牛肉製成料理，成為日常飲食的一部分。



圖一：《臺海使槎錄》（圖片來源：百諸家子 中國哲學書電子化計劃）

因族群的移動和環境的變化等因素，飲食文化也會隨著歷史故事，發展出不同的風貌，例如在台灣的平民美食「刈包」，就是在歷史發展而衍生出來的美食，來自福建泉州，原本叫「福州湯包」，最初的料理方式是在麵皮夾入肉片後，放進碗公加入配料最後淋上湯汁食用。但由於湯汁的食物不易攜帶，早期先人從福建泉州移民到臺灣時，就改良成適合方便攜帶的「刈包」，其做

法類似於西方漢堡製作方式，將食材放入面皮中再加入香菜、花生粉等配料，而被稱為臺式刈包虎咬豬。



圖二：福州湯包(圖片來源：貪吃巧達部落格許福州湯包 | 大雅雅環路生意超好的現包湯包 內餡帶濃郁胡椒香 口感好吃特別 )



圖三：台式刈包虎咬豬(圖片來源：孔子饅頭美食典故：割包刈包虎咬豬，尾牙為啥要吃它？)

除了直接引進原型食物和改良美食之外美食也是在飲食上多種文化、碰撞、結合而產生的結晶。就像台灣聞名世界的珍珠奶茶便是由奶茶和台灣的粉圓融合製作出來的。同時根據《紐約時報》2024年12月31日的報導，傳統的美食旅行模式正在經歷一場革命，隨著移民潮的加劇和網路的普及，一種名為「第三文化美食」的新興飲食文化正在全球範圍內迅速崛起，在創作第三文化料理時常出現的概念包括調問料和醬料的融合創新，帶給人們展新的味覺體

驗。不只是味道，在擺盤、食器、餐點名稱、料理介紹中也帶有文化的混搭感。這種現象不僅改變了人們探索美食的方式，也為飲食文化帶來了前所未有的創新與融合。

飲食文化和宗教相關飲食習慣也有緊密的連結，蔬食是世界飲食的潮流，也是亞洲悠久的飲食傳統文化之一。台灣從過去到現在都保有素食的傳統，因此想再大街小巷找到提供素食的店面並不難，除了信仰因素之外現代人也越來越注重健康與環保，蔬食人口日益增加。這也讓飲食文化中出現了將素食融合飲食美學的創意，米其林綠星餐廳小小樹食（大安路）倡議「每週兩日蔬食」，鼓勵消費者有更健康的生活型態。他們用美式烹調手法料理出融合亞洲風味的菜品，招牌菜色像是花椰菜作成的韓式辣炸雞、綠意盎然的「佛陀碗」（Buddha bowl）、或是健康繽紛的果昔等，讓享用蔬食變成一件時髦又快樂的事。



圖四：繽紛果昔(圖片來源：小小樹食)

#### 研究者的想法：

傳統飲食文化隨著歷史演變而展現出多元的面貌。若非透過文獻探討，我也不會了解刈包竟有如此的演變過程。現代化的發展和國際間的交流也讓飲食呈現出多元嶄新的樣貌。期望傳統美食的獨特風味可以永存於人們心中，新一代的廚師也能持續創新，開創更多令人耳目一新的特色料理。

## 第二節 中、永和的歷史發展與人口變遷

中和位在台北平原中部，因為土地肥沃、氣候適合耕種，很早就有人在這裡發展農業。最早的文獻記載可以追溯到明鄭時期永曆年間（大約 1660 年左右），當時北台灣被劃歸天興縣，中和地區也在其中。

到了清朝康熙年間（1684 年以後），台灣設了諸羅縣，中和也隸屬其中。之後清政府為了方便管理，把北部設為淡水廳，中和屬於淡水堡。

隨著漳州、泉州人（閩南人）大量移入，中和逐漸發展成漢人聚落。乾隆時期的《台灣府志》裡就記錄了「擺接堡」，中和地區就是屬於這裡。嘉慶、道光年間（1800 年前後），移民更多，本地仍屬接堡，但村莊名稱並不清楚。



圖五：臺灣府制示意圖(圖片來源：東海大學圖書館)

到了清末，因為對外開放，但主要來臺貿易的商人多聚集於現今的淡水地區，並未來到中和，台北局勢複雜，政府設了台北府，底下有新竹、淡水、宜蘭三縣，中和屬於淡水縣，仍在擺接堡範圍。劉銘傳任巡撫時，進行土地清查，把中和與永和地區合併成九個大庄，例如：中坑庄、南勢角庄、潭墘庄等 1932 年出版的《中和庄誌》記載，當時中和的面積大約 25.8 平方公里，北邊隔著新店溪與台北市相望，東邊靠深坑，西邊接板橋，西南是土城，東南接新店。



圖六：《中和庄誌》（圖片來源：海山學研究中心數位圖書館）

直至民國 47 年分鄉設鎮，中永和地區才開始分別治理。這裡有精彩的早期開發史及建築樣貌，更陸續有不同族群移入。

### 一. 眷村

一江新城原為一江新村，為民國 45 年政府為紀念一江山戰役，並安頓戰役遺族眷屬所興建之眷村，安置遺族眷屬的眷村。並於門口設立一江山殉難烈士紀念碑與一江堂，作為紀念一江山戰役烈士，堂內供奉殉難烈士遺照。國防部為照顧烈士遺眷，由聯勤司令部在村內設置工廠生產經理裝備，提供村內遺眷相關的工作。當時的眷戶多為浙江溫州人，另有少數湖南與湖北人。

#### （一）雙和地區客家人

雙和客家人大致分為以下幾個：

### 1. 頂秀朗永定范氏

據《雙和客家，古往今來》(邱彥貴，2007)書中指出，秀朗橋頭的頂秀朗范氏，原籍為汀州府永定縣，其後代子孫分別居住在現今圓通路一帶的牛埔下、景新路底的嶺腳、中和市中心的枋寮街。

### 2. 南勢角永定游氏

南勢角在今中興街一帶有定安堂游氏，原籍為汀州府永定縣。來台祖據稱來台有兩百多年之久，是先至深坑入墾，十四世時轉遷南勢角，上代人拜神明時還用客話。此外，又有南勢角游氏是自石碇永定坑開基，其後再轉至中和。南勢角游氏是「方游」，另外在華夏工專附近的游氏，則是「才游」或所謂的「奴才仔游」，據前人記述此一分法，傳說「才游」原本是游家的長工，後來「方游」有分財產時給「才游」一份，至此基於感恩之心，長工也改姓為游，但中間的方字改為才字。

### 3. 虎頭厝詔安游氏

虎頭厝游氏原籍為漳州府詔安縣，游氏公廳取名「樂淡居」，位於黃昏市場的一棟大樓內，也就是在現今的景福里和平街與南勢角捷運站附近。外南勢角一地主要姓氏有二，早期墾地較少的南靖簡氏偏北，三派不全祖的詔安游氏在簡氏南向，更南緣則接觸頂南勢的詔安呂氏之地。

### 4. 詔安呂氏

中和與永和呂氏原籍同為漳州府詔安縣二都河尾。報導中的呂氏叢聚的聚落，主要有平原上的頂南勢、外南勢、潭墘、西勢；以及西勢往山區的山腳與山坡地等地。據頂南勢詔安呂氏報導，其渡臺祖是從土城及板橋，翻山越嶺至中和入墾。最早的祖厝在現今智光商職正對面的農田間，位置在介於中正路與景興街中間那一片土地上。目前「總的」頂南勢呂氏宗祠在現在的華興街巷弄中。雙和詔安呂氏以往有前往板橋土城之地，與各地族親吃「板橋萬春公」祖公會的情形，地點位於土城的中央路浮州橋附近，也就是當時的海山唱片，現在的

海霸王餐廳的隔壁。在幼年時曾經多次跟隨家人前往參加「板橋萬春公」的吃會活動。也有去參加「土城的萬春公」的吃會之說，兩會皆需是同屬的呂氏才能與會的祖公會(呂芳隆報導，2053 年生)。雙和詔安呂氏有分派在頂南勢角，今中和南勢角派出所至興南路二段一帶，及三大坵至埤尾一帶的「九房呂」，呂氏聚落群連續分布，最具規模，且山麓有呂氏先人闢建的「烘爐地福德祠」。在汴仔頭有「五房呂」分行，並設有長盛樓公廳。另外，在中永和交界的秀朗地區，亦有呂姓家族在此生聚。

#### 5. 牛埔永定江氏

圓通路至景平路、景新街分岔口一帶的牛埔、崎仔頭有江氏派下叢聚，原籍為汀州府永定縣。牛埔永定江氏，約在道光初年自北濱的三芝鄉古庄、興茂店轉自此地落戶。至今牛埔江氏的渡台祖墳，尚在古庄的臨海埔地上。

#### 6. 枋寮街詔安林氏

枋寮街林氏原籍為漳州府詔安縣，後裔尚多在此街區散居。牛埔與外南勢交界之處，據報導尚有同此祖籍的林氏叢聚。

#### 7. 外南勢南靖簡氏

在外南勢偏北有簡庇玉在此開基的南靖簡氏。據族人所提供的族譜中，記有外南勢簡氏來台祖是十二世祖簡恭質，名志班，諡庇玉，約在乾隆年間渡台入墾。簡氏庇玉公的祖脈是簡德潤二子貴智公後人之十一世法郎公派下三子，來台族裔設有「臺北縣簡庇玉祭祀公業」。簡氏庇玉公祖厝原在外南勢角，民國 51 年(1962)改遷至中和中興街，其後，祖厝又在民國 90 年(2001)，遷於景平路一帶。庇玉公媽祖墳原在林口墓區內，目前遷於八里鄉渡船頭，每年訂於過年之後農曆 2 月份的第一個星期日，為合族祭掃參拜之日。外南勢簡氏有公廳，有自家的族譜，亦有拜民主公王之傳統，且有公王神像，由族人虔誠奉祀。

### (二)緬僑(華新街)

在中和有一條街叫華興街華新街，平常大家又名它「緬甸街」，位於新北中和南勢角，是一條聚集緬華移民的街道。1960 年代，緬甸發生大規模排華事件，緬甸的排華情緒與金融動盪等因素，對緬華產生了一股堆力。

而冷戰時期的台灣政府透過僑委會的政策，積極吸引僑民來台歸化，當時處於全球冷戰時期的反共氛圍下，再加上東南亞地區反華、排華，不少想離開東南亞的華僑，中華民國政府當時採取拉攏海外華人的政策，再加上早期台灣的華僑歸化政策較為寬鬆，緬華家庭只要有一位年輕成員先來台灣讀書，待上數個月到一年的時間，便能夠順利的取得中華民國國籍(台灣國籍)，獲得國籍的家庭成員再以依親方式，依序將在緬甸的親戚接來台灣。

這對緬華產生了一股拉力。一推、一拉之間，緬甸華僑開始將台灣視為發展新生活的目的地之一。而移居台灣的緬甸移民，當時因為中和工廠多、工作機會多，大家口耳相傳在華新街落腳，形成了獨特的移民聚落。



圖七：華新街(圖片來源：新北市觀光旅遊網)

#### 研著者的想法：

中和是個有多元種族、文化種族豐富的地方，中和的多元文化讓這裡的人們可以體驗到不同的文化。這種多元文化的融合，讓中和充滿活力與包容性，能生活在這樣的環境裡，不僅讓我覺得幸福，也讓我對這片土地感到驕傲。這些資料不僅幫助我對自己的研究有初步的了解，更加深了我對中和文化的興趣，能更好的完成這份研究、但所人口及飲食的關聯性。

### 第三節 中和的人口變化影響飲食文化

由於華新街聚集了許多緬僑，不只讓中和有更多元的文化融合，帶來潑水節得獨特文化習俗，聚落的形成也因此讓華新街出現了具東南亞特色的飲食文化，許多在這裡的緬僑或新住民開始賣起小吃，街道兩旁的店家幾乎都是以緬甸為主，和雲南、泰國、印度等其他的部份東南亞口味的小吃。隨著時間的推移，這條街經過整建，把招牌統一格式，也增加泰國菜、越南菜、印度菜等店家，正式命名為「南洋觀光美食街」。這裡可以看到緬甸文的招牌和菜單、聽到緬甸話、吃到道地的異國美食，招牌皆是中文和緬甸文或其他東南亞國家文字並列，這些裝潢樸實無華的小吃店，卻擁有最正統道地的南洋小吃，如巴巴絲（粉條）、豌豆粉、印度烤餅、冷熱奶茶，這些料理都是臺灣其他地方不容易嘗到的，平時居住在臺灣各地的華僑都會特地去華新街品味家鄉小吃。以下是我初步整理的美食：

| 美食                                                                                                 | 介紹                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>巴巴絲（粉條）</p>  | <p>這是一種米線，口感滑溜的，是一種源自雲南的米食麵條，由米漿製成，外型呈寬扁狀，口感紮實有嚼勁，類似粳條，但更細一些。做乾拌或湯都可以，通常配雞絲或是豬肉末，是緬甸代表性的主食。</p> |
| <p>豌豆粉</p>      | <p>外型看起來像布丁，可以吃涼拌，配酸辣的醬汁。在緬北的飲食文化裡，早餐吃炸豌豆粉配糯米飯是他們的經典組合，就如同台灣人飯糰和油條的搭配一樣。</p>                    |

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>印度烤餅</p>  <p>圖十一、十二：印度烤餅(圖片來源：【懶人包】貓大爺中和華新街（南洋觀光美食街）特輯)</p> | <p>緬甸與印度相鄰，在 19 世紀和 20 世紀前半是大英帝國的殖民地，曾為英屬印度的一部份，至 1937 年才從英屬印度獨立出來變成英屬緬甸，1948 年才正式獨立建國），飲食習慣受印度影響非常大，雖然絕大多數緬甸人是佛教徒（接近 90%），但緬甸人很愛吃清真（Halal）印度烤餅或印度甩餅，配上奶茶就是緬甸人的早餐或下午茶。印度咖哩也是緬甸日常美食。華新街有許多清真小館賣印度烤餅或甩餅，吃法可以刷奶油、撒糖粉，也可以配上鹹的豌豆，是這條街不容錯過的美食。</p> |
| <p>冷熱奶茶</p>  <p>圖十三：冷熱奶茶(圖片來源：【懶人包】貓大爺中和華新街（南洋觀光美食街）特輯)</p>    | <p>奶茶口味和印度拉茶及泰國奶茶類似，都是比較濃、顏色深、帶點甜，很好喝。與其他東南亞國家不同，緬甸奶茶的特點在於濃厚的茶湯與醇厚的奶香。其製作方式受到了英國殖民時期的影響，因此具有濃烈的茶香，但在甜度與口感上又更具緬甸特色。相較於台灣奶茶，緬甸奶茶的茶湯更加濃厚，甜味則可自行調整，迎合不同人的喜好。</p>                                                                                 |
| <p>魚湯麵</p>  <p>圖十四：魚湯麵(圖片來源：中和緬甸街必吃「六阿姨」魚湯麵！看不到魚肉卻鮮味爆棚)</p>  | <p>魚湯麵的正宗做法，是把整條魚放進湯裡頭，煮到完全化開，並加入香茅、薑片、芭蕉樹嫩莖、洋蔥熬煮約 2 小時。搭配用純米做成的米線，並滴些魚露、擺上幾片水煮蛋和香菜，即大功告成。緬甸人通常當作早餐吃，因為營養、熱量足夠。緬甸人通常都會點些炸物配著魚湯麵吃，像是炸黃豆餅、洋蔥跟胡瓜，有點像台灣人吃羹麵，加魚酥的概念，口感會更豐富。</p>                                                                   |

表一：華新街美食(資料來源：研究者自行彙整)

除了各式南洋小吃以外，中和部分飲食文化也深受來台的外省人影響，，比如豆漿，來自苗栗縣西湖鄉的邱豐彩於 1960 年退伍後到永和橋下東海豆漿店工作，跟著徐萬剛刻苦學做豆漿、燒餅、油條，根據資深媒體人，同時也是苗栗文史工作者何來美的採訪資料：邱豐彩學做豆漿不到半年，東海豆漿店拆夥成世界與四海兩家，世界由李雲增、王應傑掌櫃；徐萬剛邀邱豐彩入股經營的則商議取名四海，意指客家人四海為家，四海之內皆兄弟。徐萬剛會邀邱豐彩

入股，是見他勤奮吃苦。正因邱豐彩的勤奮，加上臺灣經濟正起飛，四海豆漿短短幾年後就開了七、八家分店。眼見豆漿產業前景看好，邱豐彩原在中油上班的二哥邱豐煥也辭職轉營豆漿店，命名為「永和豆漿店」（永和是地名不能註冊為商標，任何人皆能用），全盛時期亦有四、五家分店。豆漿店全盛時期，因缺乏員工，邱氏兄弟常回西湖家鄉，利用村民大會招工，因此有好幾年西湖國中的畢業生，不想升學者紛紛北上臺北學做豆漿，很多學生連畢業典禮也沒參加。

受邱家兄弟影響，除了西湖鄉未升學的農村子弟，甚至銅鑼、三義、公館、苗栗等鄉市子弟想學做豆漿者，也紛紛到邱家兄弟開的豆漿店學藝。學做豆漿只要肯吃苦，很快就能出師開業，以致邱家兄弟的徒子徒孫開店的也越來越多，有的加盟四海，有的以永和為店招，亦有取名永和四海、金獅豆漿大王、世界豆漿…等店名。打造一頁臺灣豆漿產業經典傳奇，是客家鄉親在新北煞猛打拚的縮影。



圖十五：早餐豆漿店(圖片來源：西湖客家人發揚豆漿飲食文化)

台灣在五十年代的中期有許多來自大陸的外省人，他們大多來自中國北方地處中溫和暖溫帶，那裡適合種植小麥、高粱等耐寒植物，而麵食的原料是為小麥製的麵粉，麵食因而成為北方地區主食。眷村麵食各式各樣，除粗、細、圓、扁等基本款麵條，貓耳朵、麵疙瘩、撥魚兒都很常見。至於一般的麵條中，牛肉麵為最高檔，口味多元，紅燒、清燉、麻辣、番茄皆受到大眾青睞。

政府遷台後，川味牛肉麵在高雄落地生根，而後台北永康街、信義路一帶也漸漸出現牛肉麵攤販，如今，牛肉麵在台灣各個角落遍地開花，潮汕的沙茶牛肉麵、基隆的紅麴牛肉麵、中南部以中藥材代替豆瓣醬來燒製的紅燒牛肉麵等，各式各樣，不勝枚舉。除此之外，滷味亦是常見的眷村菜。早期，雖無法餐餐山珍海味，但若家裡買了肉，就能燉上一整鍋，蘿蔔、竹筍、酸菜、豆干、梅干菜，手邊有什麼就下鍋一起燉。燉過，將海帶、豆乾和滷蛋撈出，偶爾再加點雞肝、雞胗、豬耳朵，切個一盤就能上桌，成為解饞的零嘴。滷過的食物可以增加保存期限，且加熱後就能直接食用。

因此，對於經濟與生活環境較差的眷村時期，是非常方便的料理。早期台北火車站前一大片違章建築，面街的一排都是小吃。這裡作小生意的有一個特色，全是內地人，有相當是從大陸來沒有單位可以靠，自力謀生的，也有沒有歸隊的軍人，賣的是燒餅，油條，豆漿；水餃，鍋貼，酸辣湯；陽春麵，打滷麵，牛肉麵，再就是蛋炒飯。其中不免有部分族群在其他地方落腳，受此類事件影響，在中和的街頭巷尾能夠輕易地找到許多麵食館，例如：牛肉麵店、餃子店、涼麵店……等等的，部分店家就是外省人來臺後開的，位在捷運南勢角站附近的牛貳店鋪就是一間道地老眷村口味麵食，店家的牛肉湯頭沒有添加任何的調味料，採原汁原味的湯頭，才不會讓人喝起來太死鹹，不會有想要喝水的感覺老闆可是道道地地的外省人，擁有 40 年眷村廚藝，下的一手好麵，老闆也用他的好手藝，滷製各式各樣的小菜，每一種小菜都是老闆親自做的，裡面都放滿了滿滿的心意。

#### 研著者的想法：

中和多元族群的融合造就了現在我們能夠自由探索不同文化的世界，在生活周遭就可以品嚐到各式各樣不同風味的特色美食，藉由文獻探討不只為這份

研究增添趣味與更多平常不意了解的資訊，也使本研究更加期待知道本次研究結果與獲取到的資料的相異之處。除此之外，在不同文化的交流上我們可以做到最基本的尊重，不管是多方嘗試體驗不同文化或是只吃自己喜歡的美食，只要在不對他人的文化或是對特定事物做出攻擊或是批評，都是段於選擇飲食的權利都是開放且自由的，當我們給予每一個地區的飲食特色尊重，才能讓中和多元文化的融合能夠永續長存。



## 第四節 中和在地飲食文化案例

### 一. 李家麵館刀削麵

李家在地社團強力推薦超過 25 年的中和南勢角麵館《李家麵館刀削麵》，幾乎是南勢角當地人必吃的麵食館，《李家麵館刀削麵》主打就是現揉現削的手工刀削麵，每天的麵糰都是當日現揉的，生意相當的好，很多時候還需要排隊，主打的是木須炒麵，（《李家麵館刀削麵》營業時間從 11 點到晚上 11 點，不論是吃午餐還是晚餐或宵夜都可以來。

因為是用大火去炒的，本身還帶有一點鏝氣，上桌的香氣很夠，麵條的部份厚度跟長度都剛剛好，不會厚到覺得太乾，也不會薄到沒有口感，長度也很夠，不會讓你夾不太起來，咬起來真的很彈牙好吃。刀削麵對於麵條的長度和寬度都有一定的標準，削麵條的功夫需要經過幾年的磨練，才能達到真正的完美，每碗刀削麵都是是每一位師傅努力的結晶，更是他們對於做好一碗麵的堅持。

#### 一、木須炒麵

在山西傳統的刀削麵中，一碗刀削麵的味道取決於店家加入的臊子，臊子的種類繁多，有葷有素，其中較多皆為肉燥，每家麵館都有獨特的配方，使做出來的麵都各有特色，然而《李家麵館刀削麵》的「木須炒麵」中的「木須」卻不是什麼獨門醬料，而是在食物中一種加入木耳、肉絲、炒蛋等翻炒的料理方式，而「木須」最早是指雞蛋，這個詞的由來是因為明朝時宮中太監權勢極大，百姓在和他們交談時都害怕會得罪這些公公，擔心不小心冒犯到他們，常接待這些太監的飯館，在用詞上特別留意，便將太監們叫忌諱聽到的食材「雞蛋」，改稱為「桂花（木樨）」。

「木樨，桂花也，蛋花之色黃如桂花也」，就是在說明雞蛋翻炒後的嫩黃顏色與桂花相似，以避免使用「雞」、「蛋」等字，而這木樨念著念著，就成了「木須」，此後，有使用到「雞蛋」的料理，皆改名為「木須 00」，如：肉絲炒雞蛋改為炒木須肉、雞蛋炒飯改為炒

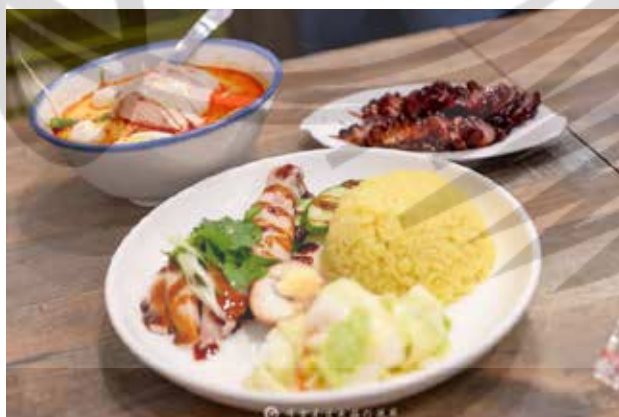
木須飯、雞蛋羹則叫木須湯，並延用到現在。



圖十六：李家刀削麵木須炒麵示意圖(圖片來源：李家麵館刀削麵 | 在地社團強力推薦超過 25 年的中和南勢角麵館主打現揉現削木須炒刀削麵)

## 二. 小檳城食堂

中和南勢角最強叉燒跟咖哩叻沙麵《小檳城食堂》，雖然是位於中和華新街商圈裡面，但跟附近的附近緬甸料理不太一樣，主打就是一個南洋異國料理，《小檳城食堂》老闆真的是來自於馬來西亞檳城華人，在網路上的評價都不錯，有 4.2 顆星的高分，吃過的都說《小檳城食堂》叉燒跟燒雞相當厲害，還有咖哩叻沙麵也是道地必點。主要是賣海南雞、燒雞與叉燒，然後可以單點飯類，也可以雙搭。



圖十七：小檳城食堂餐點(圖片來源：小檳城食堂 | 有夠消魂！中和南勢角最強叉燒跟咖哩叻沙麵)

### 三. 沅保奶茶店

沅保奶茶店位於中和緬甸街上一條街，一條全台最多元的南洋料理美食街華新街，最早在民國 101 年只是華新街市場巷弄中的攤位，後來搬到現這中和區華新街（南洋觀光美食街）店面，這條街緬甸華僑多，被暱稱為緬甸街，一整條街中，這間超人氣中和名店，不得不受到關注華新街早餐店，契合緬甸在地華僑口味，征服了台灣本土大眾的味蕾。店內店外木桌板凳，座位靠很近，有點擁擠。聚集了許多從雲南退駐到緬、泰的軍隊後裔與因經濟考量移民來臺的緬甸華僑，也因此在飲食上便傳承了雲南及緬甸的烹調手法，口味特別道地，感受到這裡的人潮。主打南洋料理，每道餐點都是由店家精心製作，只為呈現出最道地的美味，提供多款印度甩餅、印度烤餅、港式西多士、蛋燒吐司、英式奶茶、緬式奶茶、咖啡等。



圖十八、十九：沅保奶茶店餐點(圖片來源：【南勢角美食】沅保奶茶店，中和華新街早餐，必吃緬甸街印度甩餅、印度烤餅、港式西多士、蛋燒吐司、印度拉茶，中和美食早午餐，中和華新街捷運)

### 四. 蕭家下港脆皮臭豆腐

中和廟口開業超過 20 年排隊臭豆腐蕭家下港脆皮臭豆腐常常還沒開門就有人在排隊，連下雨天也是一堆人來買，光是在 Google 地圖上就有超過 2600 則高人氣評價，吃過的網友都說其臭豆腐外酥內軟又多汁，主要是用高低溫油鍋去炸，咬下去真的會噴汁，口感完全跟外面臭豆腐不一樣。這家臭豆腐攤原本是夜市旁邊的小攤，後來廟口夜市收掉就到旁邊福和街上的店面，從環狀線捷運中和站走過來大約是 10 分鐘的距離，開業有超過 20 年以上，很許多在地人

從小吃到大的銅板美食，營業時間從下午 4 點到晚上 11 點半，即使是宵夜時間來也能吃得到。還沒下午 4 點，店門口就開始排隊了，很多人都是三四份再帶的，《蕭家下港脆皮臭豆腐》現在只有提供外帶不能內用，或許之後又會開放內用吧，《蕭家下港脆皮臭豆腐》比較特別的是竟然是用兩個不同溫度的油鍋去炸，而且還是用專業的抽油煙機，你就知道光是臭豆腐就做得多麼認真。



圖二十：蕭家下港脆皮臭豆腐的臭豆腐(圖片來源：蕭家下港脆皮臭豆腐 | 中和廟口開業超過 20 年排隊臭豆腐用高低溫油鍋去炸咬下去會噴汁)

## 五. 藍天印度烤餅

「藍天印度烤餅」位於華新街算是前中段的位址，頗受許多人歡迎，喜歡吃烤餅的也能試試這家。店內環境算是簡單但整潔，也有洪金寶來過的合照紀念。烤餅採現點現做，還有甩餅的選擇，也能選擇油煎的方式，飲料選擇也相當多。來這裡肯定要點上鹹的印度烤餅，咖哩雞肉口味一吃就上癮！餅皮是單純的甩餅，要自己加料吃，嘗起來 QQ 香香，咖哩雞肉帶香不帶辣，孩子也吃得很開心。再來個煎的烤餅，「香豆泥印度烤餅」油煎的口感就像是不帶蔥的蔥油餅，再加上香豆泥，感覺很經典啊～。印度烤餅在印度就像我們白飯一樣！是不可或缺的主食，印度烤餅有好幾種，台灣最常見的 Naan 印度烤餅，在裡都是手工現場製作，先甩麵、貼平最後才能貼壁火烤，烤個幾分鐘就能出爐。



圖十二：藍天印度烤餅餐點(圖片來源：藍天印度烤餅 | 中和華新街 Naan 烤餅  
只要 30 元！南勢角站人氣小吃)

#### 六. 洪記特製涼麵

透早 6 點就開門的中和在地必吃涼麵《洪記特製涼麵》，在中和圓山這一帶有兩家都叫洪記，但這家是位於新生街上的《洪記特製涼麵》，不是連城路那家洪記涼麵，兩家真的很像也有人說他們有些關係，《洪記特製涼麵》在網路上就有超過 1800 則評價，每天生意都相當好，網友是說涼麵麵體用的是細黃油麵，口感相當特別，然後醬的部份醋味道比較突出。店內的餐點主要是涼麵，然後還有賣一些湯類像是味噌湯、紫菜湯，還可以加貢丸、蛋花等等價格算是平價，麵條口感比一般店家細但他們的醬汁更加的美味，味道也更豐富，不會讓你吃一口就覺得膩。



圖十三：洪記涼麵餐點(圖片來源：洪記特製涼麵 | 透早 6 點就開門的中和在地  
必吃涼麵網路上評價就超過 1800 則)

#### 研著者的想法：

這些店家都是中和的特色美食小吃，融合了南洋、麵食類小吃以及中和在地等各種飲食文化，在這一節列出的店家皆兼顧了餐點的風味、在餐點的製作上表達了對於製作美食的熱忱，以及保留了文化的特色亮點，本研者希望透過訪談這些店家獲取許多不同的想法及各類相關資訊，讓本次研究更加完善，同時也在資料的撰寫上更加準確，最重要的是在透過探索中和美食的過程中能夠深刻的感受多元文化的融合在中和這片土地和飲食之間的緊密連結。



## 第參章 研究內容

### 第一節 研究架構與期程



#### 一. 決定主題與文獻探討：

本次研究主題為探討中和地方飲食文化，並以小書方式呈現研究結果，本研究希望透過這次研究了解自己所居住的地方—中和的飲食文化和在地族群及人口的關聯性，本研究者也熱愛美食，希望透過興趣與研究的結合，讓更多身邊的人們對中和的飲食文化有更進一步的了解。希望藉由文獻探討的機會，蒐集並統整生的人文及飲食文化。

#### 二. 探索中和—調查中和美食並確認訪談對象：

決定好主題並且完成文獻探討之後，已蒐集到的資料為基礎並進行田野調查，品嚐各種特色小吃並記錄位置、特色、招牌菜……等細節，可以運用 Google Map、筆記本、手機拍照等工具進行紀錄。調查完畢後確認記錄下來的資料並在比對過後選擇符合本研究需求的特色美食店家，

#### 三. 準備訪談以及訪問內容：

確認訪談對象之後，根據蒐集到的資料準備合適的訪談問題，，同時也要先上網瀏覽看看之前是否曾經有部落客或是記者去訪問過該店家，了

解他們所提出的問題與訪談重點，做為參考和基礎資料，也要依據研究期程確認好時間，並製作大至的訪綱例如：選擇在中和開業的原因、販賣的品項和老闆開業的原因之關聯、開店以來的心路歷程及對於中和的看法……等等的。

#### 四. 訪談：

本次訪談採用的是到店面用餐同時跟老闆邊聊天的方式訪問，一方面是減少與受訪者在協調時間上的不方便，另一方面也能減少正式訪談帶來的緊張感，讓受訪者可以在輕鬆熟悉的環境接受訪談，也更容易表達出真實經驗與情感的分享，同時訪談的過程如果有取得受訪者的同意會進行錄音或錄影，希望能夠在本次研究中更深入了解中和附近小吃店老闆的想法以及探索美食和地方之間的關係。

#### 五. 統整、分析訪談資料：

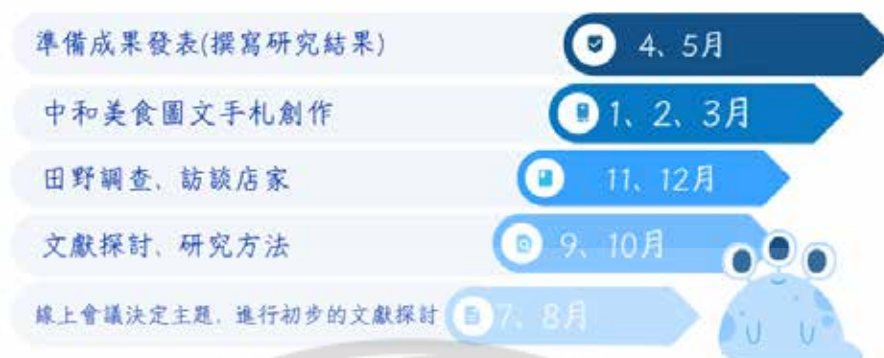
訪談結束後，本研究者會將當天訪談的氛圍、研究者自身的感受和觀察的細節記錄下來，並回放訪談錄音，仔細分析在訪談過程中取得的資訊，透過筆記的反思，便可整理歸納出當天訪談到的資料，協助呈現中和地區飲食文化的特色與多元性，以作為日後製作手札的可用素材。

#### 六. 中和美食圖文手札創作：

在完成田野調查與訪談後，本研究進入成果整理與手札筆記製作階段。本研究者將結合之前蒐集到的資料及個人的經驗將訪談內容整理成手札，內容依據主題劃分成不同章節，如「外省麵食文化」、「華新街南洋風味」、「中和在地小吃」等單元，介紹本次研究的成果，讓更多人了解中和飲食文化和人口族群的深厚連結。此外，在手札的編排中，結合文化地圖、故事創作、插圖設計以及加入真實影像等方式，藉此豐富手札筆記的內容。

#### 七. 準備獨立研究發表：

完成研究之後本研究者還要整理研究成果、製作簡報、準備發表，為獨立研究發表會做準備，不僅將研究成果展現出來，也為這次的獨立研究畫上圓滿的句號。



7、8 月：

先進行線上會議，討論研究的主題方向，確立研究目標與範圍。確定主題後，開始在家中進行初步的文獻蒐集與閱讀，了解相關的資料與大智的研究方向，為後續研究奠定基礎。

9、10 月：

持續進行更深入的文獻探討，整理與主題相關的資料內容，思考研究方法與步驟。並且開始規劃研究時程與實際執行的流程，以確保後續階段能順利進行。

11、12：

以文獻資料為基礎，實地走訪中和特色小吃，記錄店家位置、招牌菜及經營特色，並整理選出符合研究需求的訪談對象。並進行訪談，透過與老闆交流，了解其經營理念、菜色故事及與地方文化的互動。

1、2、3 月：

依照研究計畫進行手札製作，將田野調查與訪談所得的研究結果彙整、分析，並以圖文結合的方式呈現在小書中。在這個階段同時進行資料撰寫、內容設計與版面排版。

4、5 月：

完成手札的最終潤飾與修改，並進行成果發表的準備。包含簡報內容的撰寫、口頭報告的練習，以及手札成品的展示設計。透過發表，向老師與同學分享研究過程、發現與心得，作為整個研究計畫的收尾與成果展現。

## 第二節 研究對象

本次研究希望展現出的成果為中和食光筆記（美食手札）的創作，對於手札的設計本研究著期望在裡面分區繪製中和各個小區塊的美食地圖並創作各主題食物的短文、小插畫……等，並在每個區域選一至兩家的小吃店做簡單的訪問作為手札素材。

以下是本研究規劃的探索區域：

### 一、中和國小附近美食



這一塊區域以中和國小為中心往外擴散，尋找藏有好滋味的美食店家。選擇中和國小附近的原因是因為它不僅是本研究者就讀的學校，也因其作為中和區具代表性的建築，承載著在地生活的氛圍，本研究希望透過觀察生活周遭，使我得以更貼近地探索美食與中和的人文。

## 二、中和廟口周圍



中和廟口是大部分中和人的宗教聚集地，附近的居民常在這裡聚集，周圍逐漸發展出許多傳統小吃攤，形成熱鬧又具有地方特色的商圈。這個地方不僅是信仰中心，更反映了中和居民的生活。透過觀察這一帶的飲食文化風貌，研究者能更深入了解中和的飲食文化及其與在地社群的連結。

## 三、捷運南勢角站附近



捷運南勢角站周邊是中和最熱鬧的區域之一，因為交通便利、人潮匯聚，使得一帶逐漸形成多元而豐富的小型生活圈，這裡有各式小吃店、連鎖餐飲與早午餐店，也能找到在地老店，呈現出中和飲食文化的多樣性。南勢角站周圍的街道是許多通勤族、學生與居民日常覓食的重要據點，也讓這裡成為觀察城市飲食文化的最佳窗口之一。

#### 四、華新街



華新街是中和最具多元文化特色的街區之一，以緬甸、泰國、越南等東南亞新住民聚集而聞名。隨著不同族群在此落地生根，街道逐漸發展出帶有濃厚異國風情的商圈，從南洋小吃攤到緬甸甜點店，讓人彷彿走進了東南亞的街道。華新街不僅是異國料理的寶庫，更是觀察新住民文化、生活習慣與飲食融合的重要地點，也展現了中和飲食文化的多樣性。

除了分區進行走訪調查美食店家以外，本研究者也希望對特定店家的老闆進行深度訪談，因此本研究經過文獻資料蒐集和分析過後決定列出以下店家作為預計要訪談的店家（前面的數字列點項目為店家所在區域）：

#### 一、捷運南勢角站附近：

- （一）李家刀削麵館—刀削麵源自於外省，因此藉由訪談中和附近深受在地居民喜愛的麵館來達到對外省麵時的了解。

#### 二、華新街

- （一）藍天印度烤餅—作為華新街上具代表性的南洋小吃店家，其餐店擁有道地傳統的南洋風味，藉由訪談，本研究能夠更深入的探索異國的文化風情。
- （二）沅保奶茶店—這間店的特色料理以東南亞國家的獨特奶茶為主，同時也是放鬆休閒的好地方，透過美食的品嚐以及對老闆的訪問有助於理解東南亞飲品文化在中和的展現方式。
- （三）小檳城食堂—店家老闆為正統馬來西亞人，主打馬來西亞家常料理，同時也是中和多元文化融合的象徵，經由訪談能夠有助探索多元族群飲食如何形成中和的特色風貌。

#### 三、中和國小附近

- （一）Q陳古早黑砂糖挫冰—在地深耕多年，深受中和附近大人及小孩的喜愛，吃冰也是台灣傳統飲食文化之一，而利用訪談可以呈現出中和居民日常生活中的在地味道。

#### 四、中和廟口旁

- （一）蕭家下港脆皮臭豆腐—為廟口周邊知名的小吃攤，其招牌料理臭豆腐也充分展現了台灣飲食文化的性，研究者能夠以訪談的方式深入了解廟口周圍及在地居民生活緊密連結。

#### 五、其他：

- （一）洪記涼麵—以典型台灣涼麵風味為特色，為中和居民習慣的日常餐食之一，訪談可補足中和在地小吃「日常型飲食」觀察視角。

### 第三節 研究工具與資料處理與分析

在完成研究的過程中本研究會藉由資料的統整與分析來找出更完整的資料，最主要的地方在於一開始的文獻蒐集訪談結束過後的訊息整理，適當選擇與安排研究方法，可使本研究得以有效達成探究地方飲食文化的目的；同時為了製作出一份具內容完整度的研究，本研究便需要藉助各項工具的幫忙來記錄訊息、獲取資料、分析統整及製作研究成果，藉由這些工具的協助，本研究能更貼近中和飲食文化的真實面貌。

#### 一、研究工具：

(一)田野調查法：研究者藉由此方法在到中和附近探索美食的同時也能夠透過實地觀察、體驗、現場紀錄等方式獲得由「第三視角」觀察所蒐集到的資料，也能透過這個方式觀察、紀錄平常不意發現的細節與獨特氛圍，同時補足蒐集到的文獻資料中較難呈現的生活化元素，使研究內容更加豐富且全面。

(二)深度訪談法：本研究「食光筆記」中需要蒐集中和飲食文化及人文的相關內容，其中一部份的手札資料需透過和店家訪談來獲取製作的素材，蒐集店家經營理念、料理特色與地方故事等第一手資料。而深度訪談法便是一個能夠有效獲取這類資訊的方式，這樣半結構式訪談和老闆邊聊天邊分享的方式，可以在不造成受訪者壓力的情況下，使本研究者藉由訪談獲得更多豐富、多元的素材。

| 工具     | 適用方法           | 具體說明                                                                                                                           |
|--------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 文字紀錄工具 | 田野調查法<br>深度訪談法 | 文字紀錄工具主要用於在研究過程中記錄各種資訊，包括田野調查時的現場觀察、心得以及資訊整理結果。工具包含紙本筆記本或是手機備忘錄、Google 文件等數位工具，不僅方便即時寫下重要的觀察紀錄、在觀察的過程中隨時留下最原始想法與資料，更能提升研究的完整性。 |

|        |                |                                                                                                                                                                                           |
|--------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 影像紀錄工具 | 田野調查法<br>深度訪談法 | 影像紀錄工具用於拍攝店家環境、料理外觀、製作過程與田野調查中所遇到具吸引力的場景或事物和訪談的詳細過程。影像資料能補充文字無法完全呈現的細節，例如顏色、擺盤、空間樣貌等視覺資訊，同時也能夠方便研究者做之後的整理分析。                                                                              |
| 錄音筆    | 深度訪談法          | 在取得受訪者同意的情況下，本研究進行的過程將會透過錄音筆將訪談內容錄下來。由於訪談過程有許多小故事或是具關鍵性的語句，若邊靠研究者自行記下來的話可能會產生準確性的問題例如在整理出來的資料中有和受訪者想法具差異的資訊或是在整理的過程中遺漏在訪談中重要的精華部份。透過錄音，研究者能在訪談結束後反覆聆聽、逐字整理與分析內容，從中發現像在語氣上這種僅靠文字紀錄難以捕捉的部分。 |

(三)平板—繪畫軟體：除了手札裡面的文字創作之外，本研究者也希望能夠在完成研究的同時結合自身興趣，因此會在手札中加入自己創作的插畫圖像，並透過 iPad 上的繪圖創作軟體 (Procreate) 製作要添加在手札筆記中的圖案，此工具能夠幫助本研究者用圖像的方式記錄中和的飲食文化特色及訪談之中的細節，此外也可讓手札內容更加完整，並使研究成果在呈現上更具吸引力。

## 二、資料處理與分析：

(一)文獻資料：在處理文獻資料的過程中本研究者分出方向並蒐集資料，藉由研究前的事先整理本研究者可以梳理出其他研究者甚至記者、部落客之前的資料為研究奠定基礎。此外文獻探討更是作為後續田野調查與深度訪談的參考，根據文獻中所提供的資訊或觀點，檢視田野觀察與訪談內容是否與資料一致、補充，呈現出豐富多元的研究內容。

(二)田野調察法：完成田野調查後蒐集到的素材因是「隨手記」的關係，或多或少都會出現資訊零零散散的狀況，研究者得將調查的內容包含文字筆記、觀察紀錄、影像資料與照片進行整理與分類，標註重點整理分類再撰寫成完整的文字敘述。完成前面敘述的動作之後將整理後的內容進行比較與歸納，例如中和的傳統味、族群文化的融合、地方

的生活節奏等。透過這些分析，研究者能找出中和飲食文化的重點元素，並留下具有代表性的文化資訊。

(三)深度訪談法：在受訪者同意的前提下，本研究的進行過程會拍照和錄音，並且留下文字紀錄與觀察筆記。在訪談完成後本研究者將會透過影片的回放從中找出表情和動作上的細微變化；同時透過錄音檔的逐字稿分析，仔細聆聽並整理成文字紀錄，以確保訪談資訊的完整性與準確度，避免因遺漏重要細節。完成大至的整理之後本研究者再藉由交叉比對之前蒐集到的資料以及在現場的自身觀察，判斷是否一致、有無符合本研究的需求以及是否出現新的觀點。

(四)照片挑選：在進行田野調查以及訪談的過程中本研究者除了文字以外，也會拍照記錄當時的情況，包括店家環境、料理外觀、烹調細節、街區樣貌以及具有特色的場景等，因此如何選出符合需求且能夠傳達出重要訊息的照片和影像也是一大挑戰。首先本研究者先透過分類的方式處理凌亂的資料，接著再依據每個面向所想要傳遞、表達的訊息以及照片的清晰度做照片上的挑選，並將照片與文字資料相互比對，看看店家提到的招牌料理是否與照片中的呈現相符、田野調查中觀察到的店內氛圍是否能從影像中明確展現或街區環境是否能反映文獻中提到的在地文化背景。透過影像與補充，研究者能更準確地描繪中和飲食文化的特徵。

(五)結合整理：在完成文獻整理、田野調查、深度訪談與影像挑選後，本研究進入資料統整階段，將這些素材整理結合成食光筆記的內容，研究者將會進一步將文字資料與照片、插畫等元素結合。其中，文字成果和圖像成果的結合需要經過排列組合、重新拼湊而來，也就是所謂的「排版」，也是使研究成果更具吸引力的重要步驟，本研究者將會藉由軟體的應用來達到效果，而 Canva 就是一個提供多樣化模板參考與圖像編輯功能及不同自行選擇的設計工具，使研究者能以更高效率完成版面編排、手札的製作與成果結合。

## 第四節 研究限制與倫理

本研究之目的為創作一本「食光筆記」來介紹飲食文化和族群人口間的關聯，本研究需確保研究過程不會侵害到他人利益或是違反道德規範，讓研究可以順利進行並完成。以下則是針對本研究所列出來的研究倫理與規範：

### 一、研究限制：

- (一)研究範圍有限—本研究主要針對中和的飲食與人文進行研究，但由於時間因素，研究範圍受到一定程度的限制，無法調查整個中和的大街小巷所有的店家及全部種類的飲食文化，這種狀況可能導致所得資訊無法完整反映整個地區的飲食文化全貌，因而出現少部分的偏差。
- (二)研究對象多元性低—在多元文化融合的時代，中和地區也出現許多不同風味的美食店家。然而，部分店家老闆的文化背景與販售的品項不一定具有直接關聯，研究者在尚未接觸受訪者之前也無法事先得知其身分背景。因此研究者在選擇訪談對象時，仍以店家販售的品項作為判斷依據。此情況可能使受訪者在某些文化或族群相關問題上無法提供完整回答，進而導致研究的部分內容無法完整呈現。
- (三)訪談資料不足—本次研究受限於時間及人力關係，研究對象的抽樣數量相對較少，可能無法全面呈現中和地區飲食文化的全貌。同時，在使用半開放式訪談，和老闆用一邊聊天一邊提問的方式訪談，常因店家需要接待客人而使對話被中斷，導致部分問題無法深入探討。
- (四)資料取得受限—因時間及人力因素，本研究者無法在短時間內掌握許多資料，並且營運資訊、配方、文化背景等屬於敏感或隱私，店家無法提供完整資訊，使得某些部分資訊較為模糊，沒有足夠的素材撰寫研究成果。

### 二、研究倫理：

- (一)尊重研究對象意願—本研究的某些時候會需要透過訪談來獲取資訊，

而在訪談前，本研究者需先和受訪者說明本研究目的和相關流程。除此之外，為保障研究對象的利益，受訪者也擁有在任何時間中斷或是拒絕回答本研究者問題之權利。同時，也須先詢問受訪者是否可以在訪談進行的過程中錄音、錄影，避免侵犯他人隱私或其他權益。

(二)保護受訪者隱私—在訪談過後得到的資訊在使用上須特別注意，不能將店家敏感資訊曝光，並且向受訪者說明訪談內容用途僅會用於本研究及研究成果，並不會做為其他商業用途。若受訪者或店家不願公開其身分，將以匿名方式處理相關資料，並在撰寫研究成果時避開可推論出身分的描述。除此之外，所有錄音、錄影及文字紀錄均不會提供給第三方人士使用避免出現隱私及其他權益上的爭議。

(三)不影響店家正常經營—本研究在進行訪談時會盡量選擇店家較為空閒的時段，避免造成受訪者困擾或影響店家生意。同時，訪談方式以聊天方式為主，除了不額外和店家約時間之外，也減少店家的研究者及研究對象的負擔。並且倘若訪談過程中店家需要接待客人或是處理工作時，本研究者也應適時地暫停對話，以確保研究活動不影響店家日常運作。

(四)真實呈現獲取到的資料—本研究在資料蒐集與整理的過程中，將秉持著誠實與客觀的精神，確保所有獲取到的資訊皆如實呈現，且不會有誇大或是過度解讀曲解意思的狀況產生。研究者在撰寫研究成果時，會依據受訪者的回答進行整理與語句上的調整，同時也須在維持原意的前提下進行，避免因個人觀點或偏好而影響資料的準確性。

(五)尊重各個文化—本研究致力於探討中和飲食文化和人口關係的多元展現與族群融合，在研究的過程中可以看到許多不同族群或擁有不同文化背景的人們，本研究者將以開放與尊重的態度面對不同族群的飲食習慣與文化背景，並在撰寫研究結果時避免使用帶有偏見、刻板印象或具貶意的描述。此外，研究過程中也會尊重每位受訪者的文化身份與傳統習俗，避免因研究者的主觀看法影響對文化意義的解釋，以維持本研究的公正性及多元性。