

# 明志科技大學

## 經營管理系 專題研究計劃書

### 尋找味蕾的記憶： 客家美食對客家文化的映成

組 員：	學 號	姓 名
	U00227008	江皓宇
	U00227018	林立凡
	U00227019	林詣昕
	U00227020	邱映慈
	U00227022	邱翊筑
	U00227037	溫思詠
	U00227038	詹易傑

指導老師：\_\_\_\_\_

中華民國 102 年 8 月 30 日

## 摘要

美食是生活所需，而文化卻是生活中經驗與智慧的累積。美食與文化間存在一對一與多對一的映成關係，客家美食即傳遞著這樣的意涵。有趣的是，在台灣，客家美食已成為國人生活中的一部分；值得反思的是，客家美食每一道菜背後的故事，不只是食材與烹調的淺層問題，深層的是它與客家飲食文化、客家文化的聯結。當我們在品嚐客家美食的當下，每一道美食究竟如何映成到客家飲食文化？而客家飲食文化又如何形塑出客家文化？甚至，客家文化又如何影響國人的核心價值呢？這一連串的提問，乃本研究亟欲探究的動因。為了找尋答案，本研究擬一方面大量搜尋與客家美食、客家飲食文化及客家文化有關的歷史文獻，了解它們根源；另一方面擬積極進行田野調查並輔以深度訪談，俾利找出它們之間的映成關係。本研究認為這樣的研究是相當具有深遠的文化意涵。

**關鍵詞：**客家美食、客家飲食文化、客家文化

# 目錄

摘要.....	I
目錄.....	II
圖目錄.....	III
表目錄.....	IV
第一章 緒論.....	1
1.1 研究動機.....	1
1.2 研究問題.....	2
1.3 研究流程.....	3
第二章 文獻探討.....	4
2.1 客家美食.....	4
2.2 客家飲食文化.....	8
2.3 客家文化.....	11
2.4 相關研究.....	13
第三章 研究方法.....	16
3.1 研究架構.....	16
3.2 資料收集.....	16
3.3 深度訪談.....	19
3.4 資料整理.....	20
參考文獻.....	22

## 圖目錄

圖 1.1 研究流程圖.....	3
圖 2.1 擂茶.....	5
圖 2.2 覆菜.....	5
圖 2.3 客家小炒.....	6
圖 2.4 客家麻糬.....	6
圖 2.5 客家粄條.....	7
圖 2.6 四炆四炒.....	8
圖 3.1 研究架構圖.....	17
圖 3.2 訪談程序.....	22

## 表目錄

表 2.1 國外學者對文化的定義.....	11
表 2.2 客家美食相關研究統整.....	13
表 2.3 客家飲食文化相關研究統整.....	14
表 2.4 客家文化相關研究統整.....	15
表 3.1 受訪對象.....	18
表 3.2 次級資料統整.....	20

# 第一章 緒論

## 1.1 研究動機

台灣因涵括閩南、客家、外省及原住民等不同的族群，所以構築了多元的人文色彩與豐富多樣的美食（陳貞吟、孫妤鑫，2008）。其中，客家美食不只是客家文化的一項符號，更是客家先民勤儉耐勞生活的具體表徵（李喬，2005）。追溯客家人長期遷徙的歷史背景與群居山中，大多數的客家人均自行生產，以維持生活。因體力消耗較多，為補充身體所需之鹽份，菜色均具備「鹹、香、肥」的特性。同時，食物的製作方式也以能夠保存較久的曬乾與醃製為主。對客家人來說，獨特的食材與特定規範的烹調方式所作出的菜餚，才是典型的客家菜。

就傳統客家美食來說，在地取材的食材與樸素節儉的烹調方式，象徵客家人特有的飲食習慣與生活面貌，更傳達了客家飲食文化在客家獨特文化系統中的重要位置。比如說，以鹽醃製食品來保存食物的獨特文化，它告訴我們：客家先民靠自己雙手拓荒墾殖，自力更生的勞動精神。本質上，每一道客家菜背後的故事，不只是食材與烹調的淺層問題，深層的是它與客家文化的聯結。

有趣的是，隨著時代變遷，客家已由過去「逢山必有客，無客不住山」轉變為「處處都有客家人」。客家美食亦不專屬於客家人獨享。在台灣，處處有客家美食，時時有客家料理。或許日常生活中，客家美食已成為你我生活中，不可或缺的一部分。基於此，本研究發想：客家美食造就了客家人的飲食文化，而客家人的飲食文化則形塑出獨特性的客家文化。問題是：當我們在品嚐客家美食的當下，每一道美食究竟映成到什麼樣的客家精神？每一項的客家精神又如何與客家文化做聯結呢？這則是刺激本研究亟欲探究的動因。

## 1.2 研究問題

美食是一門探討文化與食物之間關係的學問。它是間接呈現地區特色的「圖像」之一，也是深入認識一地區域特性最佳的媒介，特別是一個地區的傳統料理，更是所有食物中將地方性色彩表現最豐富的象徵。而做為一個客家人，除客語外，與客家文化最直接、最密切相關者，就是客家美食（張美鳳，2010）。

客家的美食內涵，若從歲時美食觀之，與漢族習俗實大同小異，此亦驗證了在遙遠的年代裡它與漢民族密不可分的關係。若從其烹調技法及調味上作探究，則可發現客家族群為因應環境變遷及克服生活上的困境，客家人刻苦勤儉的鮮明特性，充分表現在菜餚特色中（行政院客委會，2007）。

在品嚐美食之餘，也反映了當地的文化和族群間的自我認同。自從客家運動的崛起後，隨著族群意識的抬頭與鄉土文化的推廣，客家的飲食也隨之起舞，也間接帶動客家文化的推廣與行銷，由於文化意識是在人類社會發展歷史過程中，形成一種觀念型態，是生活實踐中經驗與智慧的累積（林俊昇，2008）。

從客家美食的做法當中，可以發現客家人勤勞樸實的個性，透露在客家人的飲食習慣進而帶起客家文化的基本本質，後代客家子弟也大受影響，因此，本研究想探討的問題：客家美食如何影響客家飲食文化，而客家飲食文化如何形塑客家文化？

### 1.3 研究流程

本研究為探討上一節所提出的研究問題，研究流程如圖 1.1 所示。

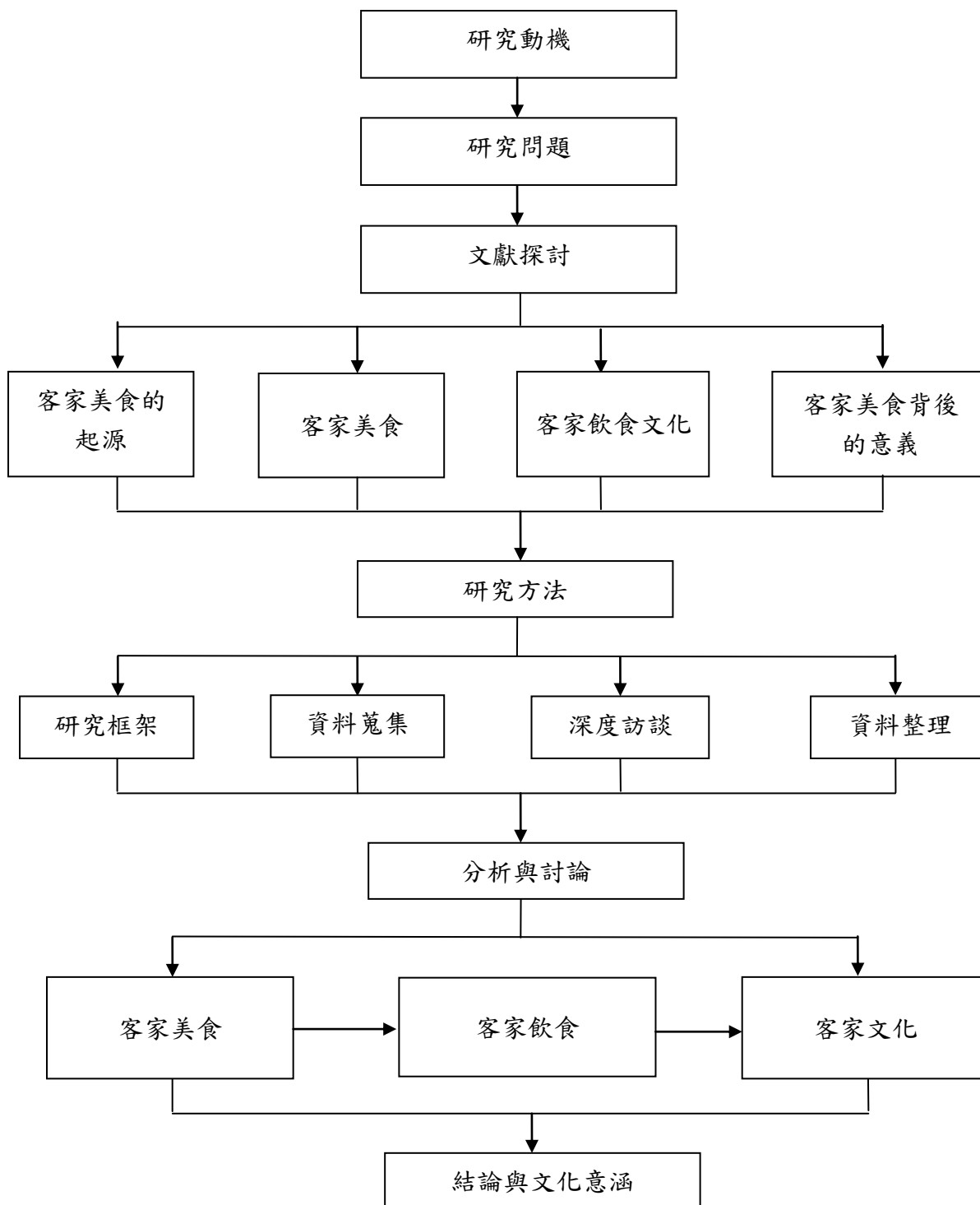


圖 1.1 研究流程圖



## 第二章 文獻探討

### 2.1 客家美食

#### 一、客家食物的特色

##### 1. 鹹、香、肥的由來

早期的客家人多分布山地丘陵地區，土地貧瘠、物產缺乏，所以將菜餚煮得很鹹才好下飯，再利用爆香增添香味，吃起來也不會覺得那麼困苦寒酸。在這麼艱困環境下形成的客家菜文化，於是就有「鹹、香、肥」的飲食特色，「鹹」是為了易於保存，比較不會壞掉，也可以補充農夫們辛苦工作後流汗後所需要的鹽份；「肥」是因為客家人粗重的工作，需要補充大量的體力；「香」是能增加食慾並耐飽，而且客家菜多為乾材，像魷魚乾之類的，所以在料理時特別重視香味的處理（黃子玲，2011）。

##### 2. 重山珍、輕海味的由來

由於客家人在台灣多居住於山區、離海較遠，「米、醬、蔬、茶、涼、柿」自然而然成為客家的六大經典食材，多山珍、肉品所以形成「重山珍、輕海味」的現象。

##### 3. 重內容、輕形式的由來

客家菜量多、實在，不求盤飾，這就是客家人實際的性格表現，不喜花俏，但求紮實。

##### 4. 重原味的由來

講求菜餚的本味，而少多變的調味，菜餚搭配也較單純、不複雜，有人認為這是客家族群強調本味、獨味的思想，但研究者認為這或許是因久居封閉山區，未受到其他近海菜系的影響所致，反而保留了現在最盛行的自然原味烹調風格（黃子玲，2011）。

#### 二、客家代表料理

##### 1. 客家養生代表：擂茶

擂茶，又名（三生湯），相傳三國時張飛帶兵進攻武陵之際，因故眾將士無力前進，當時有一位老草醫有感軍紀律嚴明，便獻上家傳的擂茶珍貴配方，以生茶、生薑、生米共同磨成糊狀烹煮後食用，從此擂茶名稱便因而流傳開來。

目前在印尼，馬來西亞，新加坡等地的客籍移民及大陸湖南、廣東、福建等地區仍有飲食擂茶的習慣。原味擂茶大多是鹹的，早期花東地區的客家移民，除了直接飲用外，也有以擂茶泡飯來吃或是加入已炒熟的青菜，蘿蔔乾等一起飲用。



圖 2.1 擂茶

## 2. 苦盡甘來的感覺：覆菜

大芥菜的品種多達十餘種，而在南部福菜更名為「掛菜」，在客家村中也以「長年菜」來稱福菜，四十多年前當時還是大地主制，貧苦的佃農們辛勤工作到歲末，僅分得數十斤的穀子作為薪資，在年關將近之時，吃到長年菜也就表示回家放年假的日子即將來臨，因此現在很多客家人在年夜的團圓飯總是少不了長年菜。



圖 2.2 覆菜

### 3. 客家人好客精神：客家小炒、客家麻糬

「客家小炒」因為本身是出自於客家人所煮，理所當然故稱之，就如同大家所知道的客家人非常勤儉，在菜色當作通常有二到三樣是曬乾的食材或是可以長久食用的，像是魷魚(乾魷魚)、蝦米等，而且客家人通常只會在過年、大節日或有重要客人來才會準備這麼的豐富，平常的時候就只吃粗茶淡飯。

以前客家人比較窮沒有錢招待訪客，於是將剩飯搗勻加入花生粉、糖粉變成麻糬，目前在台灣麻糬可以說是以客家人做的麻糬最好吃，也最講究傳統的口感。一般的台式麻糬口感上較軟，比不上客家麻糬的 Q 度和香味，另外用老薑汁熬紅糖煮成的湯汁麻糬，客家人俗稱「牛汶水」更是別有一番風味。



圖 2.3 客家小炒



圖 2.4 客家麻糬

#### 4. 客家人勤儉的指標：粄

在過去，客家先民飽受戰亂和飢荒之苦而被迫遷徙，每遷居一地，又得在艱難的環境條件下重建家園，生活必須要節儉和勤勞。由於生鮮食品不容易取得和長久保存，於是加工食品在客家人的日常生活飲食中就佔有重要的地位。對於客家人來說，除了日常生活食用的米飯、粥品以外，客家人也和其他中國南方的居民一樣，藉用米的物質特點製作出較耐久藏的「粄」，而「粄」類食品在客家飲食當中，十分的受到重視。

所謂「粄」也就是福佬人所說的「粿」，也可叫做「粄糰」，而用米粉製作成的各種糕點食品稱為「粄」。在客家的米粉製品裡除了「米茲粄」最具有代表性又廣受歡迎之外，還有各式粄類食品，像是紅粄、鹹粄、甜粄、發粄、艾粄、蘿蔔粄、新丁粄、菜包、米篩目、粄條等，花式非常的繁多。



圖 2.5 客家粄條

#### 5. 客家經典中的經典：四炆四炒

「四炆四炒」可說是客家菜的典型，它的起源是來自於過去客家人在婚喪喜慶及酬神宴客時的八道標準菜色，客家人勤儉刻苦，平時省吃儉用，只在年節宰殺豬、雞、鴨祭拜神明，或於農曆初一、十五準備三牲（豬、雞、魷魚）拜土地公，為了在不浪費食材的考量下，並創造出口感美味的料理，將妥善運用全豬、全雞之所有食材變成各式桌上佳餚，因而有四炆四炒的產生。

「炆」與「炒」，可說是客家菜的兩大特色之一，“炆”是指大鍋烹煮、持久

保溫。所謂「四炆」係指：酸菜炆豬肚、炆爌肉、排骨炆菜頭、肥湯炆筍乾；「四炒」則為：客家炒肉、豬腸炒薑絲、鴨血炒韭菜、豬肺黃梨炒木耳(俗稱鹹酸甜)，這八道菜色，無論菜質與菜量、烹調與煮法，絕不鋪張奢華，不僅色、味、香一應俱全，菜色也多具有易保存及方便多次食用的特性，而且食材多保有客家人的節儉美德，堅持不浪費的精神。



圖 2.6 四炆四炒

## 2.2 客家飲食文化

### 一、飲食與文化的關連性

本質上，每個種族和文化都有傳統食物代表該族群的文化認同。在處理個人與文化之間的關係，文化透過個人或人群的習慣實踐，傳遞、延續、並在衍生文化。

要瞭解一個民族的文化，「婚姻」與「飲食」是最直接的途徑（高成鶯，1999），「飲食」是人類經濟生活的具體呈現，文化人類學家道格拉斯認為，食物與菜單的組織，構成解讀社會資訊的工具。食物是日常生活一部份，從日常飲食種類、烹調特色、進食習性到飲食餐具使用等，均可反映民族的文化特色，亦可作為理解該族群的社會生活或建構族群認同的基本文化要素（林淑蓉，2006）。飲食文化在文化系統中佔有最基本、最重要的位置，且很難改變，當一個人老的時候，吃東西會越來越回歸到過去小時候吃的食物，並懷念年輕時的食物味道，而對於客家人來說，這種味道就是客家味（李喬，1999）。

### 二、客家飲食文化

再查詢關於客家的飲食文化後，發現其鹹、香、肥及重山珍、輕海味以及充分利用動物內臟得來烹煮。本組發現造成其中的特色有下列幾點：

#### 1. 醃製文化

塑成客家人這種醃製文化源自於當年居住在中原的客家人，避免受到高壓及異族的統治，開始遷徙到南方。在遷徙過程中需要可以保存很久的食材，因此東西要抹上大量的鹽巴以利保存，也具有殺菌的功能，那也就是客家菜為何又鹹又香的特性。醃製食物是客家飲食中重要的精髓所在，客家的醃製大體來說可分成曬乾、醃漬和醬漬三種製作方式：

(一).曬乾類：蘿蔔乾、梅乾菜、豆子乾

(二).醃製類：如酸菜、福菜

(三).醬漬類：豆腐乳、桔醬

醃製食物在客家飲食中隨處可見，也是十分重要的，也因為醃製食品形成豐富的客家飲食文化，醃製文化不只是客家人獨有的文化，世界上很多民族都因應氣候、環境產生醃製食物的保存方式，不過客家人算是較擅於醃製技術的民族，

或許可以將視為對生態相對不穩定的一種適應策略。以及節約的表現（莊英章，2003）。

## 2. 粄之米食文化

客家人好吃粄，也就是閩南人所說的粿、糕。粄為糯米加工而成的食物，不管是婚喪喜慶或是農忙時節，粄食可以說是客家人具有代表性的主食，當然粄的分類也有季節性的分別。在過年期間是「打粄」的高峰期，舉凡甜粄、鹹粄、蘿蔔粄；而元宵節前後就是打菜包，狀似豬籠。客家人戲稱豬籠粄，是農人出門耕作隨身攜帶的最佳點心；元宵過後，開始準備掃墓祭祖，此時客家婦女忙著打「發粄」了，發粄的粄面必須隆起分裂，像是發笑的樣子，客家人相信「粄笑」是發財致富的好吉兆，清明時節打「青粄」做法是拌入艾草或其他植物的纖維，作用在於補健身體、去污除穢；端午節包粽子不打粄，冬至開始打「粄圓」，淋上熱呼呼的紅糖薑汁，於是一年又即將圓滿的過去（林熾禎，1993）。

## 3. 重山珍、輕海味的文化

客家飲食文化深受客家族群數百年來不斷移民之社會歷史背景所影響。早期中國黃河以南之客家族群有做「無山不客，無客不山」、「逢山必有客、無客不住山」的形容（王東林，1996），客家飲食的食材只好受限於山產食物，又因靠山吃山及就地取材的特性，例如：芋頭的梗，豬大腸，食物都能拿來醃製或是燉煮，雖然內臟有腥味，但由於燉煮得宜往往可以製成許多美味的菜餚（王曾能，1995），例如：豬肺鳳梨炒木耳、梅干扣肉，薑絲炒大腸等，都是代表菜色，而客家人大多定居於山中，海產部分自然較難以取得，所以以溪中的水產來代替海中的食材，海產常常是以另外一種型式出現——乾貨，以客家小炒為例，魷魚乾就是一種客家海產的代表。因為靠山取材不易，在加上需要長期保存，所以乾貨也是一種保存食物的方式，也只有逢年過節才會出現的食物。

## 三、小結

透過上述幾個發現，可以發現到客家美食的背後其實是客家人歲月的長流中，不斷的適應其所面臨的環境。而透過不斷的轉化慢慢的把這些元素化為其本身的特色。所以塑成這樣的特色有三點：

1. 承傳中原飲食文化
2. 南遷過後產生和發展新的飲食原料和飲食習俗。

### 3. 受當地民族飲食文化的影響。

如果說飲食文化是探討一個民族的鑰匙，那接下來就很容易可以從中發現其民族的文化面貌了，如同鹹、香、肥的特色亦就如同客家人熱情待人，絕不冷淡。

## 2.3 客家文化

### 一、文化的定義

文化的定義包羅萬象，概括來說是指人類活動的模式以及給予這些模式重要性的符號化結構，包括文字、語言、地域、音樂、文學、繪畫、雕塑、戲劇、電影等，以下表格是幾個學者的說法：

表2.1 文化的定義

學者	年代	定義
Edward Burnett Tylor	1871年《原始文化》	文化或是文明，就其廣泛的民族學意義來講，是一個複合整體，它包括知識、信仰、藝術、道德、法律、習俗，作為一個社會成員的人所習得的其他一切能力和習慣
Ralph Linton	1940年《涵化》	某特定社會的成員所共用並互相傳遞的知識、態度與習慣性行為模式等的總和
Raymond Williams	1983年在《關鍵字-社會和文化的詞彙》	1.一般文化首先是指人類理智、精神和美學發展的一般過程 2.文化是指一個民族、一個時代、或一個群體的特殊生活方式 3.理智、特別是藝術活動的成品與實踐

綜合以上學者的觀點，總結出文化是生活方式的總集合，人類會慢慢發展文化的三個層面：1.人類的思想 2.特定的生活型態 3.理智的成品與實踐，而這些都是每個社會成員經由學習與創造獲得其中的傳統與特性，且這些文化會跨越世代，而被學習與傳承。

### 二、客家

「客家」是一個文化的概念，而不是一個種族的概念。因為種族的因素，即自北向南遷移的大量漢人固然是形成客家的一個因素，但單有南移的漢人還不能形成「客家」還有其他向南移的漢人，而他們以其人數的優勢和經濟、文化的優勢，同化當地原住居民，又吸收了原住居民固有文化中的精華成份，而形成了一種新的文化，這種新型文化的載體，一個新的族群(即客家族群)才得以誕生 (謝重光，1995)。

客家的族源很複雜，客家先民有自北方南遷的漢人，有贛閩粵邊土著的百越後裔，還有其它南方少數民族等多種成份，但是多種族源整合後，都自以為是中



原移民後裔，有很濃厚的中原情結，然而在明末清初時期，客家族群開始向海外移民，成為分散至世界各角落之族群，因各地之不同而有其本土性和特殊性，客家人東遷台灣，始於明鄭時期，清康熙二十年代逐漸增多，而大盛於雍正、乾隆年間（劉煥雲，1993）。

而那時候來台的清朝官方眼中的大陸移民，除了以原居住地區之久而久之因為渡台禁令的關係，客家來台開墾的先民有了想要本土化、落地生根的長久打算。

其中，劉日燕就有其先祖劉廣傳訓十四子詩為例：

駿馬騎行各出疆 任從隨地立綱常  
年深外境猶吾境 日久他鄉即故鄉  
早晚莫忘親命語 晨昏須顧祖爐香  
蒼天佑我卯釗氏 二七男兒共熾昌

說明客家人遷居來台灣各地，應「任從隨地立綱常」，傳承客家文化，謀求客家精神與文化之永續發展。因為「年深外境猶吾境」、「日久他鄉即故鄉」，這就是落地生根、在地化與本土化之精神（劉日燕，1986）。

### 三、客家精神

什麼是客家精神呢？客家精神是指人的意識、思維活動和自覺的心理狀態，包括情緒、意志、內心等，而客家人歷經多次的遷徙，長期在外漂泊的生活也促使了客家人團結自保，性格傾向於內聚、保守，一直到今天仍然保存著自己的傳統精神、文化禮俗和語言。

艱困的生活使得客家人養成了所謂的「硬頸精神」，而這種精神包含了以下幾種特質：

1. 刻苦耐勞：客家的先民，長期處於戰亂，手無寸鐵，若不是有壯碩的身軀及刻苦的精神，在那時候很難生存，因此造就客家人不論是男女貧富，都很勤勞。
2. 勤奮創業：因為客家族群長期遷徙，每到一個點都要開墾，而客家婦女沒有纏小腳，獨立主持家計，使男子在外奮鬥開拓土地也無後顧之憂。
3. 團結奮鬥：客家是一個族群，經由長期的經歷，彼此互相建立情感，大家合群奮鬥，克服各種難關，相互扶持，團結一致。

客家人「硬頸」的精神是革命的精神，也是一種激勵人向上的精神，更是和睦親鄰、繁榮社會的精神，發揚客家精神，於社會進步、於民族發展、於家庭和和睦、於個人上進都是具有重要意義的。

## 2.4 相關研究

### 一. 客家美食

我們收集了國內近十年有關客家飲食的相關研究，其中我們選出 10 篇與客家美食相關的研究，有些取自於碩博士論文、有幾取自雜誌，並探討其內容，是否與我們的主題有相關性，從中比對出與我們的研究之差異性，如表 2.2 所示：

表 2.2 客家美食相關研究統整

學者	篇名	研究重點
江伯源、黃志強 (1992)	亮麗黑美人-仙草	探討仙草的來源、黑美人的由來，因為仙草由許多的好處像是夏天可以消暑、婦人喝了可以安胎等，由此我們可以知道為什麼會稱仙草為仙藥。
李麗(1997)	關西半日閒，賞油菜花田，品客家小菜	本刊來到客家庄—關西，所發表的內容是藉由其在餐館中，發現客家婦女手邊一有多餘的蔬菜，就會隨手拈來醃製起來，並且介紹其所吃到的客家傳統美食與製作方法，像是覆菜湯、煙燻鹹豬肉、薑絲大腸等。
林詩音 (2003)	箭竹窩裡客家米食村-秀風農場	新竹縣新埔鄉農會結合當地觀光產業聯手打造幸福，藉由客家媽媽製作的健康傳統客家米食，品嚐到真正手工美味。
陳菊園 (2010)	客家美食認知與消費行為之研究-以臺北縣三峽鎮客家餐廳為例	其研究所要探討的是喜愛到客家餐廳用餐的消費者對於客家美食的飲食文化特色認知，所以我們可以藉由此篇來了解到，客家人的精神及客家美食所要傳遞的特色與意義。
陳添來 (2002)	客家豆干	有此篇可知豆干的名稱、別名及豆干要如何種植？還有豆干的種植期。最重要的是在此篇中我們可以得知豆干湯是一道很道地的客家菜，它的價格不斐，而且製作過程必須要用小火熬煮，具有降火保肝的療效。
黃鈺玲 (2012)	客家飲食傳承與族群認同	在此文可看到：客家飲食文化在日常生活中的傳承，它隨著權力的崩解、性別的角色的轉變而出現危機，但是透過客委會跟飲食消費的結果，客家菜卻變成一個新的符號意義，活躍在台灣社會，也使客家脫離一個日常生活的脈絡，變成一個新的消費商品。
何保國 (2003)	即將失傳的客家米食 2	何保國先生具有客家子弟勤奮踏實的特質，藉由何保國先生，讓我們了解到客家麻糬原本的意義以及其作法。此外，以芋粿來說，客家芋粿是把芋籤混合米漿，上面鋪以炒豆干典主菜，芋粿自成香的滋味，就與台南傳統的台式芋粿，大同小異，同樣都是年節供桌上的美食。
林謙禎 (2003)	即將失傳的客家米食 1	有此我們可知傳承客家米食文化命脈，三義一直是個指標性的存在。在三義街上有家「九鼎軒」專門在製作客家甜品艾草粿、紅豆粿、黑糖米糕、黑糖發粿、麻糬、小月餅等，在裡面我們可以看到不同的客家甜品用在不同的節慶，以及其製作的方法。
陳政如 (2000)	美濃地區不同世代的客家族及對客家飲食文化的認知及飲食行為之相關研究	從此篇我們可以了解透過調查客家人的飲食習性，可從中客家族群在遷徙與移居過程中的社會經濟生活，日常飲食並非固定不變，從釐清及比較客家人的飲食習性在不同時代的差異，也可作為理解客家族群的社會經濟生活轉變過程，飲食並反映出一種社會情境，不同場合中所使用或進食的食物種類、共食的人群以及餐桌的禮儀都可能不同。
曾文田 (2001)	美濃客家擂茶	美濃是台灣早期移墾的客家聚落，在那裏可以看到許多客家的傳統建築、手工藝以及美食，尤其是致力客家文物保存的美籍客家人林希舜，發現一只失傳已久的客家擂林與擂棒，並與蕭富華合作，以現代技術重製擂茶，重新製茶，在美濃鎮內開設一家美濃客家擂茶行，讓地方鄉親與外來遊客，也能親自體驗傳統擂茶的藝術。

彙整這 10 篇文獻後，我們發現客家的美食與他們的生活作息有很大的關連性，他們的生活環境影響到他們的飲食習慣，並從這些文獻中可知：客家傳統料理的製作過程與它被賦予的意義，但我們卻無法從中知道這些客家美食的起源與美食之間彼此的關連性。

## 二. 客家飲食文化

從客家美食中，本組從中再更進一步探討：客家美食如何塑造客家飲食文化，進而與我們所熟知的客家文化是否有緊密的關連性？本組蒐集十三篇關於客家飲食文化的文獻來做更進一步的分析及討論，如表 2.3 所示：

表 2.3 客家飲食文化相關研究統整

學者	篇名	研究重點
邱盛琪 (2000)	六堆客家板仔文化之研究	研究六堆地區客家社會所做的板的種類以及傳承製作方式，在探討其板在婚喪喜慶當中出現的文化意義。
廖純瑜(2012)	台灣客家飲食的文學研究	從文學作品的角度去切入客家飲食文學的一種變遷，從唐山過台灣至現代這一連的演變對客家飲食文化產生了什麼的變化，以及透過飲食文學的方式來歸納出客家人飲食的特色。
張亭亭、張翰壁 (2001)	東南亞女性婚姻移民與客家文化傳承：越南與印尼籍女性的飲食烹調策略	在世界文化的衝擊下，客家族群也得與其他族群相互融合，本文旨在探討東南亞女性婚姻移民對於其伴侶為客家族群飲食文化帶來什麼樣的影響？
焦桐(2011)	淺談飲食文化	由中國古老的文獻裡，說明中國大體飲食文化的一個變化，在把鏡頭轉到漢人開墾下的台灣，廟口的小吃文化等等，最後在全球化的影響下，台灣飲食圈的型態。
黃子玲(2011)	現代客家飲食之特色與推廣	以文獻和客家飲食文化的推廣者來說：以餐廳業者來歸納客家飲食文化的特色，最後再說明在全球化的環境下，要如何行銷客家飲食，進而達到傳承的目的。
羅雯(2012)	食物、日常經驗與族群互動：東河的客家與賽夏	由客家糝粿及賽夏族的糯米糕的分析，了解客家族群與賽夏族間的族群關係，由飲食出發探討兩者如何和平共存。
羅永正(2008)	從台灣客家飲食文化資產初探簡易創造思考技法之研究	使用創意的發想，來看客家飲食的文化面如何傳承，並且透過不同的管道行銷推廣達到飲食文化保存、傳承的目的。
傅夢嬌	從「坐月子」看閩、客族群文化的異同	由閩、客兩個族群去分析，兩者在中國人「坐月子」時中的飲食或是文化面的差異及相同的部分。
劉澤玲(2010)	客家米食文化在銅鑼傳統飲食中的傳承	自本身的客家家庭裡常吃的米食製作演變，從手工到商業購買，歷經客家文化意識的抬頭，再從手工的方式來傳承客家人的記憶。
邱政瑩(2012)	客家飲食文化之建立與延續—以公館福菜為例	以公館福菜的飲食文化為主，從中探討福菜的製作或是烹法來展現出客家人的文化以及精神象徵。

以飲食文化的觀點去切入整體的文化面，應該是屢試不爽的方式，因為飲食的特殊性跟民族性是密不可分的，其中不少篇相關研究就是由美食去塑成飲食文化在畫成一個完整的文化面。以〈客家飲食文化之建立與延續—以公館福菜為例〉，就是一個典型的例子，以及本組從多篇論文中發現由於客家人主食為板，因此有不少篇的主題是以板為研究的品項之一，其中〈客家米食文化在銅鑼傳統飲食中

的傳承)中更以米食文化之延續做更進一步的探討與前一篇有共同之處,所以不難發現大多與文化上有關連性的文章,會更進一步探討文化的傳承、保存、與延續,其中有幾篇探討客家美食會不會因為商品化而喪失其意義,但是最後都會發現其餐廳店家本身就從是一種文化的傳承。而本組是以美食為主去探討與客家文化的關連性,本組相信只要美食存在,客家人的文化精神就會繼續流傳。

### 三. 客家文化

在透過客家美食及飲食文化研究後,可以進而了解客家文化是一個歷史悠久的民族,但隨著時代的變遷,客家文化的發展歷史又有怎麼樣的高低起伏呢?所以本組找了 10 篇有關客家文化發展的文章來探討及分析其文化發展,如表 2.4 所示:

表 2.4 客家文化相關研究統整

學者	篇名	研究重點
王保鍵 (2012)	客家文化重點發展區的發展途徑	本文先探討臺灣客家族群發展的主要問題為客家族群定義趨於寬鬆致客家人口數未臻精確、都會區客家族群的「隱形化」及「族群認同改變化」、其他族群不易接受客家族群爭取制度保障訴求等三項
劉煥雲 (2003)	台灣客家學初探	客家文化是由客家人締造而成的,有悠久的歷史。在歷史的長流中,客家人曾經迫於現實,為了尋找安身立命的處所而到處遷移,而有「東方猶太族」之稱
林果潔 (2013)	客家文化形象之敘事分析:以「客家委員會官網」為例	近年來政府不斷致力於客家文化,經過十幾年的努力,客家文化趨於穩定又網路普及後更推廣客家委員會的網站,而此論文就是藉由此網站而去研究客家文化的形象。
許哲源 (2006)	客家文化創意產業-以六堆地區為例	客家文化原本就存在我們的生活之中,加上客家委員會的推動許多客家的產業日益興起。
賴珣鎮 (2005)	淺談客家文化	藉由對「客」字的字義探討導入「客家」來源與定義,其次,談論到客家族群數次大規模遷移的歷史脈絡。
謝淑芳 (2011)	跨文化溝通與客家文化之再生產:以苗栗客家地區新住民女性配偶為例	其研究引用 Bourdieu 的理論,藉由習性、場域與資本概念,探討新住民女性如何挾帶原生文化資本及習性,並結合所習得與獲取之客家資本以融入客家庄的家庭與社會。
劉惠玲 (2002)	台灣客家文化運動與族群建構之研究	探討從台灣客家文化運動與族群建構之社會環境、文化運動過程及所產生影響各因素間的關聯性
鍾春枝 (2012)	現階段客家文化資產傳承之研究--以桃園縣觀音鄉為例	全文主要探討客家人佔多數的觀音鄉社區發展中,客家人如何主導社區發展?客家人扮演的角色?客家文化對社區發展的影響及客家文化的消長情形。
鍾秀金 (2012)	臺灣客家與原住民民間故事之動物變形比較研究	客家人與原住民居住環境相類似,民間故事經常流傳互動而容易產生借用或影響,本研究以臺灣客家與原住民民間故事之動物變形為對象,試圖以文本分析、比較文學的方式,將蘊藏於兩族的文化特色及民族特性抽絲剝繭,分析其異同,同時依地區、種族之不同做內部差異的比較。
卓瑞蘭 (2013)	台灣擂茶產業及其客家文化意涵:以北埔為例	本研究透過「飲食與文化關係」、「符號與消費理論」、「地方與族群性」三個部分,作為探討台灣北埔擂茶產業及其客家文化意涵的切入角度。

經由上述文獻分析後,可以得知客家文化真的是一個淵源悠久的文化,它在不斷的遷徙,定居,再遷徙,如此反覆的居無定所的生活,歷經了大風大浪,可以發現客家人擁有很堅忍不拔、刻苦耐勞的精神,然而,隨著時代的變遷,客家文化卻也漸漸沒落,所幸有部分的客家人致力挽回這些沒落的客家文化,發展其觀光產業、產品,行銷客家文化,讓客家文化更加發揚光大。

## 第三章 研究方法

### 3.1 研究架構

本研究主要在探討客家美食如何形塑客家文化進而影響新世代子弟，由廣泛閱覽資料，以了解客家美食與文化目前的現況，並以其當前所面臨的問題，作為分析的架構，將資料歸納與整理進行分析，最後分析結果，從客家美食推展到客家飲食的文化，進而發現客家的文化與其中的連結。依據第二章的文獻探討與整理後，本研究提出以下的研究框架如圖 3.1 所示：

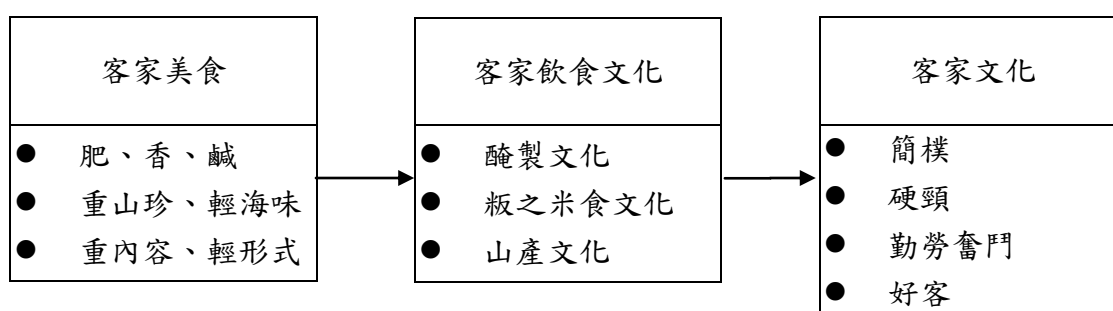


圖 3.1 研究架構圖

本研究經過文獻探討的資料收集後，將以客家美食為主要研究的軸點，由客家美食中歸納出客家的飲食文化，進而透過這樣的方式，來說明客家文化與其關連性，此三大部分有先後順序，本組由美食方面去探討這樣的一個關連性，單純使用美食的概念去推導，用這樣的脈絡來探索其文化與美食之間的不可分割的特性。

### 3.2 資料收集

資料蒐集之際，首先找了許多期刊以及書籍有提到客家美食與文化的部份，對於客家的現況有了初步的了解，但能佐證我們研究動機的相關資料並不齊全，本組又至國家圖書館中找尋相關的碩博士論文，另外也在網站中，找到一些關鍵人士的資料簡介，為研究者提供不少的參考文獻。

#### 一、初級資料

以深度訪談來進行訪問，訪談對象如表 3.1 所示：

表 3.1 受訪對象

受訪者	服務單位	職稱	代號	重要經歷
焦桐	二魚文化事業股份有限公司	編輯	A	出版：《臺灣飲食文選，2005》
李喬	已退休	作家	B	出版：《寒夜，1980》
詹淑英	已退休	家庭主婦	C	以客家料理著名，典型客家主婦
吳學明	中央大學	客語系所教授	D	研究客家完話的
黃玉振	客家委員會	主任	E	擔任行政院客家委員會主任委員
李顯鎮	中湖國小	校長	F	前新北市客家文化園區的園長

### 受訪者概述：

A 焦桐：年輕時曾因為「完全無法接受教科書」而拒絕大學聯考，但經聯考分發至中國文化大學戲劇系，接著取得藝術研究所碩士學位。進入社會工作及結婚後又想繼續深造，考取輔仁大學比較文學博士班。從一個拒絕聯考的人搖身一變成大學教授，奇特的人生經歷創造出焦桐不願隨波逐流的文筆，企圖在詩境中破除俗套，尋求顛覆傳統的路徑。1980年他以《懷孕的阿順仔嫂》這首詩獲得第三屆時報文學獎敘事詩優等獎，這首現代詩描述新北市瑞芳區的永安煤礦順興分坑發生災變，透過主角阿順仔嫂的聲音表達焦桐對社會的關懷。不久後，焦桐開始在飲食文學下工夫，專注於文學的飲食研究，希望將飲食文學與文化發展成自己的一項專業。

B 李喬：台灣苗栗縣客家人，雖然先祖不是客家人，但因為從小住在客家庄，養祖母是客家人(銅鑼李家)，非常疼愛、視如己出，也非常熟稔客家話。雖自認為是「客福佬」，但廣獲客家人普遍認同。李喬是國家文藝獎第十屆文學類得主，並曾任總統府國策顧問。其文學著作《寒夜》三部曲其中的第一部曲，是首部被拍成客家語連續劇的作品，由台灣公共電視台監製的「公視文學大戲」之一。

C 詹淑英：由於大多受訪者為客家文化的研究者。為了平衡我們也尋找本組為客家人的親戚，透過日常的經驗來驗證文獻上的說法。為一典型客家婦人，幼年時期生活困苦，因而得學會許多客式料理。國小為照顧阿婆讀自前往卓蘭老家照顧長者。原本不諳客家話但自那個時期開始有顯著的改善。後來嫁自苗栗大湖的客家人。生了一對姐弟。由於其夫是砂石業者，平日素不在家。她於是扛家中一切大小事。儘管如此依舊謹守其義務與責任。現在一雙兒女已陸續成家立業，詹淑英女士便開始嘗試客家菜色。重拾童年的味道。

D 吳學明：吳所長原任教於中央大學歷史所，同時為歷史所的合聘教授。吳所長的專長領域為台灣史，二十多年前就從事新竹地區客家歷史、社會與宗教的研究。為了研究新竹地區的客家歷史，他運用歷史學研究法結合田野工作，在新竹地區從事田野調查工作，獲得相當的成果，其中尤以在新竹北埔姜家發現大批的古文書，受台灣史學界重視。陸續出版三本與新竹客家地區開發史相關的論著，<<金廣福墾隘與新竹東南山區的開發>>一書，至今仍為研究客家開墾史的重要著作之一。吳所長接任所長後，和研究所全體同學個別談過話，除了對全所同學有更進一步的認識外，也向同學說明本所原訂的三大發展目標，即社會、文化與歷史，因此往後本所無論在課程規畫與師資的安排，均會朝此一方向努力。相信本所在吳所長及全體師生共同的努力之下，能發展成研究台灣客家社會與文化的重要據點之一。

E 黃玉振：苗栗縣三灣鄉客家人，曾擔任《聯合報》政治線記者、三立衛星電視台新聞部副總監、中天電視副總經理、環球電視新聞部總編輯等職。之後離開媒體界，成為時任中國國民黨主席馬英九的重要幕僚。曾任中國國民黨中央委員會文化傳播委員會主任委員。2008 年進入劉兆玄內閣，擔任行政院客家委員會主任委員。

F 李顯鎮：過去是新北市客家文化園區的園長，5 年前離開園區重返教職，而在 2012 年升上校長後，來到新北市鶯歌區，僅有 233 位學生的中湖國小擔任校長，即使學校客家人不多，但這個學校已經推動客語生活有 10 年時間，而李顯鎮也將自己曾在園區舉辦相關活動的經驗帶入校園，吸引小朋友對客家的興趣，傳承客家文化。

## 二、次級資料

### (一)台灣客家文經發展協會

不論《客家電子報》、客家美食、客家文化...等。凡有關客家發展動態或來自各界有相關的看法，均將蒐集、整理，以一窺究竟，並隨時掌握現今客家發展的動態。

### (二)國內外碩博士論文

國內客家美食與文化研究者對於客家美食與文化研究的相關論文，無論是定義或理論上的佐證，以及文獻回顧，均有助益。

### (三)政府或業界

地方政府客家事務處客家族群傳承客家文化扶植計畫。

### (四)其他

敘事設計資訊中心網頁、客家文化協會、相關書籍...等收集。

表 3.2 次級資料統整

次級資料	版次
中興大學食品科學系碩士論文	1991-2012 年
鄉間小路雜誌	1994-2013 年
文化大學生活科技應用研究所碩士論文	1963-2012 年
國立師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文	2003-2012 年
中央大學客家社會文化研究所碩士論文	2004-2012 年
國立台中技術學院通識教育學報	2008-2013 年
長庚大學企業管理研究所碩士論文	2009-2012 年
台南科技大學生活應用科學研究所碩士論文	2010-2012 年
國立高雄餐旅學院台灣飲食文化產業研究所碩士論文	2010-2012 年
國立中正大學行銷管理研究所碩士論文	2011-2012 年
台灣省各姓淵源研究學會	1997 年
我的田園經驗	1997 年
農村臉譜	1999 年
唐代	1999 年
教育與多元文化研究期刊第三期	2000 年
漢學論壇	2003 年
飲食文化綜論	2004 年
農村與文化	2007 年
中央大學客家學院電子報第七十四期	2008 年
遠足文化	2009 年
二魚文化	2011 年
嘉南學報	2011 年
楊桃文化	2012 年
城市學學刊	2012 年
南華大學研究所碩士論文	2013 年

## 3.3 深度訪談

### 一、田野調查

一般研究有質化與量化的研究，這兩種研究方法都各有優缺點，不同的領域各有適合的研究。針對本研究特性將採質化研究，其使用質化分析，可以大幅增進對問題瞭解的深度，實務性較高，但亦有其缺點，如分析較為困難、研究者主觀介入、涵蓋面小、通用性低，常需要整理數十個個案之後，才能歸納出一些涵蓋面較大而通用性較高的原則。在質化研究中，深度訪談為應用最廣，且最重



要的研究方法之一，深度訪談基本上希望透過訪問，以獲知非由表面觀察及普通訪問可得之發現。

因此研究者首先查詢文獻，相互討論，發現有幾位專業人士於文獻中曝光率較高，於是列出一受訪者名單，並電話詢問各專業人士有無意願接受訪問，在詢問過多位專業人士後，研究者篩選出六位受訪者，與受訪者約定時間，實地走訪新竹關西或受訪者所在地做深度訪談。在訪談前，為希望受訪者能口述自身較有故事性之內容與目前致力發展客家美食與文化的方向，題目經過多次修改與討論，圍繞著美食、飲食文化與文化面三個面向作設計。

獲得更多人經驗與看法後，可強化文獻探討的可信度，希望能夠因此探討客家美食與其文化間的關連性。

## 二、訪談問題

本研究所挑選的對象，都是目前致力於客家美食對客家文化的映成，發表過數篇客家相關文章的關鍵人士，想藉由深度訪談來了解客家美食是如何影響客家文化，如何在不斷改變與創新的新世代下保存此項傳統文化，藉由訪談中以電腦打字與手寫記錄，並且取得受訪者同意下全程錄音與錄影，方便日後製作紀錄片時使用。

1. 探討客家人的生活習慣與飲食是否有關連性？
2. 探討客家美食在製作的過程當中其內含的意義？
3. 客家美食如何在時代的變遷中求新求變？

## 3.4 資料整理

本研究之資料蒐集方式主要是經由訪談致力於客家美食與文化的相關人士，所取得之初級資料。透過深度訪談的方式以可以得到更重要的資訊，並加以研究分析，其目的在於瞭解事實並能夠深入描述客家美食與文化事物的本質，做為研究分析的依據。本研究個案包括：客家局、客委會、客家人與在地人…等個案作為本研究初級資料來源。

於訪談結束後，將個案訪談所得之資訊，以詳細與重點摘要之方式加以整理，

並透過電腦將訪談內容資料逐字建檔。記錄完成後，便開始進入訪談資料的整理與訪談資料的分析二階段。分析資料後開始撰寫訪談報告，運用有系統地方式呈現訪談內容，並利用訪談內容加以分析推導出研究之結論。

深度訪談整體結構與整理訪談內容之步驟如下：

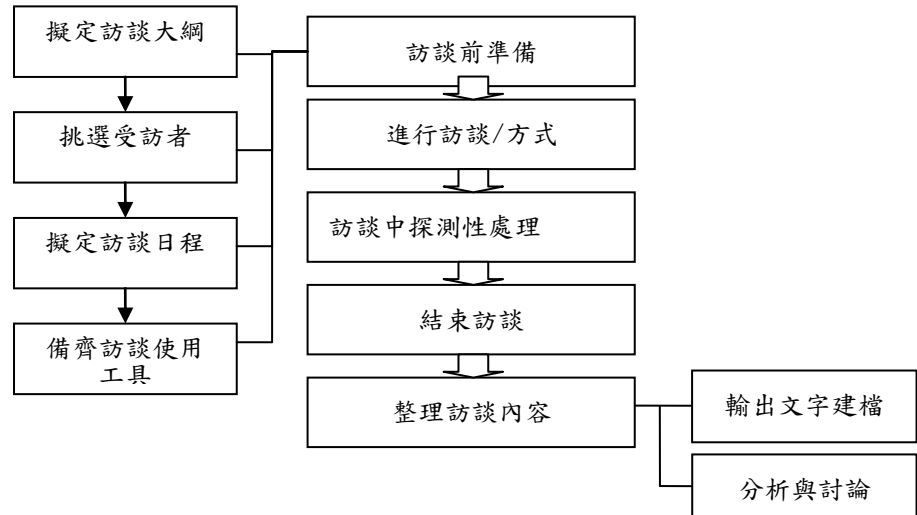


圖 3.2 訪談程序

## 參考文獻

1. 人民網學習時報社，關於文化的定義。3月25日2004。from <http://big5.china.com.cn/chinese/zhuanti/xxsb/545593.htm>
2. 小雨 (1999)，關西田園的精華仙草茶，*豐年*，第49卷13期，頁69。
3. 王保鍵 (2012)，客家文化重點發展區的發展途徑，*城市學學刊*，第3卷2期，頁33-71。
4. 王曾能 (1995)，吃野，*客家飲食文化*，福建教育出版社，頁17-18。
5. 世華多媒體有限公司星洲日報，謝重光領路追本溯源·5大要點剖析客家文化。11月18日2009，from <http://mykampung.sinchew.com.my/node/83986>
6. 江伯源、黃志強(1994)，亮麗黑美人-仙草，*鄉間小路*，20卷8期，頁36-37。
7. 何保國 (2003)，即將失傳的客家米食2—何保國用手樁出米食香，*鄉間小路*，頁26-27。
8. 李喬 (1999)，客家美食文化概述，*第六屆中國飲食文化學術研討會論文集*，台北：中國飲食文化基金會。
9. 李麗 (1997)，關西半日閒，賞油菜花田，品客家小菜，*我的田園經驗*，23卷11期，頁23-25。
10. 卓瑞蘭 (2013)，*台灣擂茶產業及其客家文化意涵：以北埔為例*，國立聯合大學經濟與社會研究所碩士論文。
11. 周興，什麼是客家精神，10月25日2006。from [http://tianjinzhouyu.blog.hexun.com.tw/6188567\\_d.html](http://tianjinzhouyu.blog.hexun.com.tw/6188567_d.html)
12. 林果潔 (2013)，*客家文化形象之敘事分析：以客家委員會官網為例*，南華大學傳播研究所碩士論文。
13. 林淑蓉 (2006)，*客家飲食文化與社會生活：從族群性到族群認同*，國立高雄師範大學客家文化研究所碩博士論文。
14. 林詩音 (2003)，箭竹窩窩裡客家米食村-秀風農場，*鄉間小路*，29卷10期，頁66-67。
15. 林錫霞 (2010)，*客家文化意象的想像與建構：以勝興國際桐花村為例*，國立聯合大學經濟與社會研究所碩士論文。
16. 林麗娟 (2009)，尋找記憶中的美味—客家擂茶與新丁版，*鄉間小路*，35卷

9 期，頁 68-70。

17. 林謙禎 (2003)，客家人的米食文化，*鄉間小路*，29 卷 7 期，頁 22。
18. 邱玫瑩 (2012)，*客家飲食文化之建立與延續—以公館福菜為例*，國立聯合大學經濟與社會研究所碩士論文。
19. 邱盛琪 (2010)，*六堆客家版仔文化之研究*，國立屏東科技大學客家文化產業研究所碩士學位論文。
20. 邱善雄 (1993)，客家文化紀事，*新使者*，第 17 期，頁 46-48。
21. 客家委員會數位典藏與數位學習國家型科技計畫—數位臺灣客家庄，客家源流與發展。from <http://archives.hakka.gov.tw/new/origin/index.jsp>
22. 胡文虎 (1938)，論客家精神，*星洲日報*，1938 年 11 月 29 日。
23. 埔里客家文化協會，什麼是客家文化。5 月 11 日 2011，from <http://puli Hakka.pixnet.net/blog/post/58823582-%E4%BB%80%E9%BA%BC%E6%98%AF%E5%AE%A2%E5%AE%B6%E7%B2%BE%E7%A5%9E%3F>
24. 徐秋霞 (2003)，*國中學生對客家節慶米食的認識及喜好之研究—以苗栗縣建國國中與照南國中為例*，國立台灣師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文。
25. 高成蔦 (1997)，論飲食文化在世界學術體系中的地位，*中國飲食文化學術研討會論文集*，頁 90-98。
26. 張婷婷、張翰壁，(2009)，南亞女性婚姻移民與客家文化傳承:越南與印尼籍女性的飲食烹調策略，*台灣東南亞學刊*，5 卷 1 期，頁 93-144。
27. 張開龍 (1996)，客家文化系列，*臺灣源流*，第 4 期，頁 118-123。
28. 張開龍 (1997)，客家淵源，*臺灣源流*，第 8 期，頁 115-120。
29. 張維安 (2005)，導論：客家意象、客家研究、客家學，*思與言：人文與社會科學期刊*，43 卷 2 期，頁 1-10。
30. 莊英章 (2003)，客家社食文化飲食特性，*客家飲食文化集：戀戀鄉土味·濃濃客家情*，台北行政院客家委員會，頁 15-16。
31. 許哲源 (2006)，*客家文化創意產業-以六堆地區為例*，義守大學管理研究所碩士班。
32. 陳乃華、江清松(2010)，新竹縣關西鎮之客家產業競爭優勢與發展策略初探，*人文社會科學研究*，4 卷 4 期，頁 26-46。

33. 陳玫如 (2000)，美濃地區不同世代的客家族及對客家飲食文化的認知及飲食行為之相關研究，*教育與多元文化研究*，第3期，頁139-183。
34. 陳玫如、李寧遠(2010.11)，美濃地區不同世代的客家族群對客家飲食文化的認知及飲食行為之相關研究，*教育多元文化研究*，第3期，頁139-183。
35. 陳添來 (2002)，客家豆干，*鄉間小路*，28卷8期，頁18-19。
36. 陳菊園 (2010)，客家美食認知與消費行為之研究-以臺北縣三峽鎮客家餐廳為例，文化大學生活科技應用研究所碩士論文。
37. 陳艷顏 (2011)，屏東地區高職生對客家節慶米食喜好之研究，國立屏東教育大學文化創業產業學系碩士論文。
38. 傅夢嬌 (2011)，從坐月子看閩客族群文化的異同，國立中央大學客家研究在職專班碩士論文。
39. 曾少聰 (1996)，漢畬文化的接觸——以客家文化吸收畬族文化的一些因子為例，*臺灣源流*，第2期，頁98-105。
40. 曾少聰 (1997)，客家文化研究象徵，*臺灣源流*，第8期，頁129-137。
41. 曾文田、柯惠娟 (2001)，鄉土美食—美濃客家擂茶／庄腳菜—阿嬤的醬缸文化，*鄉間小路*，27卷9期，頁78-79。
42. 曾雅雯 (2012)，客家飲食傳承與族群認同，中央大學客家社會文化研究所碩士論文。
43. 焦桐 (2011)，淺談飲食文化，*幼獅文藝*，第696期，頁46-49。
44. 黃俊榜 (2010)，客家文化內涵形塑空間形式之探討，國立台灣師範大學設計研究所在職進修碩士班碩士論文。
45. 黃鈺玲 (2012)，客家飲食傳承與族群認同，中央大學客家社會文化研究所碩士論文。
46. 黃鈺顏 (2012)，客家飲食傳承與族群認同，國立中央大學客家社會文化研究所。
47. 黃麗華、許光焦 (2006)，客家文化推展之探討—以台南市客家文化協會為例，*體育學系(所)刊*，第6期，頁23-39。
48. 黃蘋 (2011)，跨越記憶·散播的種子—臺東客家文化圖像創作研究，國立台北大學文化創意產業經營學系研究所碩士論文。
49. 廖純瑜 (2012)，台灣客家飲食的文學研究，國立中央大學客家語研究所碩

- 士論文。
50. 劉惠玲 (2005)，*台灣客家文化運動與族群建構之研究*，東吳大學社會學系碩士在職專班碩士論文。
  51. 劉煥雲 (2003)，*台灣客家學初探*，*漢學論壇*，第 2 期，頁 125-147。
  52. 劉瑞琴 (2009)，*美濃客家菜餚文化之研究—以美濃三合院餐廳為例*，國立屏東教育大學客家研究所碩士論文。
  53. 劉澤玲 (2010)，*客家米食文化在銅鑼傳統飲食中的傳承*，國立高雄餐旅學院台灣飲食文化產業研究所碩士論文。
  54. 劉錫濤 (2007)，*客家學研究綜述*，*臺灣源流*，第 40 期，頁 64-68。
  55. 蕭景祥、趙金婷、徐正桂、楊琦君、邱麗足 (2010)，*台灣客家文化通識課程之研究*，*嘉南學報人文類*，第 36 期，頁 663-671。
  56. 賴珣縝 (2005)，*淺談客家文化*，*體育學系(所)刊*，第 5 期，頁 91-104。
  57. 謝淑芳 (2011)，*跨文化溝通與客家文化之再生產：以苗栗客家地區新住民女性配偶為例*，國立聯合大學客家語言與傳播研究所碩士論文。
  58. 鍾秀金 (2012)，*臺灣客家與原住民民間故事之動物變形比較研究*，國立中央大學客家研究所碩士在職專班碩士論文。
  59. 鍾春枝 (2012)，*現階段客家文化資產傳承之研究--以桃園縣觀音鄉為例*，國立中央大學客家社會文化研究所碩士論文。
  60. 藍麗春、邱重銘 (2008)，*文化的定義、要素與特徵*，*國立台中技術學院通識教育學報*，第 2 期，頁 117-128。
  61. 羅永正 (2008)，*從台灣客家飲食文化資產初探簡易創造思考技法之研究*，長庚大學企業管理研究所碩士論文。
  62. 羅雯 (2012)，*食物、日常經驗與族群互動：東河的客家與賽夏*，國立交通大學客家文化學院客家會與客家文化學程碩士論文。