



實在好食記 |

清燉紅燒 來碗正港臺味—— 牛肉麵

文圖／王金皓

在寒風肆虐的冬夜裡，沒有什麼比得上一碗熱呼呼的湯麵更能滿足空虛寂寞覺得冷的胃了。

走在臺灣街道上，能選擇的麵食種類繁多，然而，真正的王者只有一位！就是唯一有自己的節慶、以及每年一度華山文創園區附近論麵大戰的主角：牛肉麵！

牛肉麵大致可分為**劍宗**紅燒與**氣宗**清燉兩種類別，彼此各有其來源。紅燒牛肉麵一般認為是臺灣牛肉麵的始祖——「四川牛肉麵」、「川味牛肉麵」等招牌指的通常都是紅燒牛肉麵，起源自臺灣的眷村（自大陸來臺的軍人集居的村落），有一說岡山空軍官校周圍眷村多四川人，他們將成都小吃「紅湯牛肉」改良加上麵條後成為了「紅燒牛肉麵」，並於稍後自臺北大肆風行至全臺灣。

清燉牛肉麵則有兩個可能的來源：一是早期回民在臺開設的「清真牛肉麵館」（但現在要找到清真牛肉麵館可能需要一點運氣），二是山東籍老兵以當日現宰現切方式開設的牛肉麵館。然而不管如何，其發展時間也是與紅燒牛肉麵差不多的。雖然曾經有

一段時間清燉牛肉麵是紅燒牛肉麵館的附加口味，然而在清燉牛肉麵也越來越普及之後，牛肉麵的戰國時代正式開啟了（與《拉麵王》第一集裡講的戰國世代是同樣意思）。

為什麼會扯到拉麵呢？~~因為霹靂布袋戲也跑來一個日本浪人的破格角色~~其實拉麵與牛肉麵皆是二戰後發展出來的平民美食，而當臺灣邁向較為富庶的生活之後，牛肉麵如拉麵一般皆跟著食客的口味漸趨精緻化，如以口味清爽、健康為號召的「蕃茄牛肉麵」、改良自蘭州拉麵的蘭州牛肉麵、以及隨著東南亞美食在臺灣漸趨普遍的越式牛肉麵紛紛投入市場，更有如清湯、沙茶、麻辣、咖哩甚至牛肉乾麵等口味闖出名聲，臺北市則從二〇〇五年開始，每年舉辦「牛肉麵節」，其中最重要的活動便是一年一度選出最強牛肉麵的比賽了。當然，比賽便是促使進步最大的動力，於是十多年來許多老店重振聲威，新銳料理人則趁勢闖出名號，甚至出現匯聚各地精選食材，一碗要上萬元的牛肉麵。而在這場大戰中，原先被定位為「懷舊滋味」的牛肉麵至今在新一代人心中亦穩固

了其不可動搖的王者地位。

說了這麼多，牛肉麵的味道究竟如何呢？若以湯頭分：紅燒口味粗曠，吃來豪快十足；清燉牛肉麵滋味豐富，餘韻繞齒；蕃茄牛肉麵則既有紅燒的重口味，又帶了點蔬果的清甜。以麵條種類分，刀削麵嚼勁十足、粗麵飽含湯汁、細麵則細膩留香。主角更有入口即化的牛筋與口感飽滿的牛肉等選擇，當然據說行家都會指定「半筋

半肉」，究竟何者最合口味，就要看食客各自的愛好了。

另外，在牛肉麵店坐下後，桌上通常會有各式自製酸菜與辣醬、辣油、辣膏，別忘了加上一點，這可是各家密傳的絕活之一，建議先喝口湯品嚐原味，接著再加上調味，立體起來的感覺就像令狐冲突然有了內力一般！

牛肉麵的激戰剛開始，趕緊來臺灣親自參戰，大快朵頤吧！

建弘牛肉麵

位於臺北西門捷運站附近，屬紅燒口味，價錢划算、美味料多又實在，更棒的是二十四小時營業，任何時候都可來吃！

電話：(02)2552-4875

地址：臺北市洛陽街 45-6 號（中華路福星國小旁）

營業時間：24 小時

林東芳牛肉麵

臺北最有名的老店之一，屬紅燒口味，招牌是半筋半肉麵，花干則為必點小菜，除了正餐時間，同樣也是宵夜熱門名店。

電話：(02)2752-2556

地址：臺北市八德路二段 274 號

營業時間：11:00~6:30

牛爸爸牛肉麵

以「萬元元首牛肉麵」聞名，還有三千元的「貴賓牛肉麵」與一千元的「精品牛肉麵」，以及較為平價的牛肉麵。

電話：(02)-8791-7187、(02)-8791-7859

地址：臺北市內湖區民權東路六段 149 號

營業時間：11:00~21:00

劉山東牛肉麵

位於臺北車站附近巷弄間，屬清燉口味，湯頭加上大量蒜苗、搭配桌上的辣豆豉，口感豐富。除了麵外，牛肉泡餅也值得一試。

電話：(02)2311-3581

地址：臺北市中正區開封街一段 14 巷 2 號

營業時間：08:00~20:00

悅來牛肉麵

位於臺中高工後門，深受學生與在地人士喜愛的人氣店家，以大份量聞名，除了招牌的牛肉麵之外，鴨血也是人氣小菜。

電話：(04)2265-7014

地址：臺中市南區工學路 84 號

營業時間：11:30~20:30

老眷村牛肉麵

宜蘭「金六結」軍營旁的名店，屬紅燒口味，帶筋的牛肉吃來十分過癮，另有一道名為「二兩麵」的乾麵，香麻微辣，也是超人氣品項。

電話：(03)936-2700

地址：宜蘭市泰山路 100 巷 130 號

營業時間：11:00~14:00、17:00~20:00

週日公休

牛肉麵

老鄧牛肉麵

在臺南眷村的五十年老店，湯頭帶點沙茶味，佐以酸菜風味特殊，牛肉滷製功夫到家，因此店內滷味當然也是必點小菜。

電話：(06)264-5435

地址：臺南市大成路一段 79 號

營業時間：11:00~21:00

粘記牛肉麵

與老鄧並列臺南人氣名店，屬紅燒口味，但辣味較少，是紅燒口味中較為清爽的。另有鋪滿牛腱肉的牛肉拌麵（附紅燒牛肉湯），吃來也相當過癮。

電話：(06)2136-143、(06)214-1479

地址：臺南市健康路一段 66 號（忠烈祠對面）

營業時間：10:30~21:30，每月第二、四個星期一公休

港園

高雄最知名牛肉麵店。清燉湯頭，加豬油的牛肉拌麵與牛肉麵各有其擁護者，豬腳拌麵與肉絲湯麵也是人氣品項。

電話：(07)561-3842

地址：高雄市鹽埕區大成街 55 號

營業時間：10:30~20:00

老王記牛肉麵

位於西門町，沒有招牌卻是政商演藝人員都趨之若鶩的愛店，有紅燒與清燉兩種口味，牛肉大塊實在，粉蒸排骨則是必點小菜。

電話：(02)2375-8973

地址：臺北市桃源街 15 號

營業時間：10:00~21:00



小陳牛肉麵

位於捷運永春站的巷弄名店，屬紅燒湯頭，但可依照喜好請老闆調整辣度與油度，超厚切的牛肉部位（如半筋半肉）與麵條寬度亦可挑選。

地址：臺北市虎林街 143 號對面（忠孝東路五段接近虎林街右轉，永春捷運站 4 號出口）

營業時間：11:00~14:00、17:00~20:00

四川味牛肉麵

位於昔日桃園景福宮後，是在地人推薦的老店，湯頭屬紅燒口味，吃法為淋上白醋、香油、醬油膏，再加上辣椒油醬，辛香爽口，久久不散。

電話：(03)333-8341

地址：桃園縣桃園市永安路 22 號

營業時間：11:00~ 21:00

中壢新明牛肉麵

在臺北到處可見的中壢新明牛肉麵，其實只有中壢一家正牌，湯頭是紅燒口味，除了美味外份量十足，更可免費加湯加麵。

電話：(03)493-5896

地址：桃園縣中壢市民權路 65 號

營業時間：06:00~24:00

湘琪牛肉麵

臺東口碑名店，每到下午二、三點就賣完，蔥燒湯頭香氣十足，牛肉為牛腩部位，嚼勁十足，小菜則必點牛筋，麵與小菜皆可搭配獨門辣醬，很是過癮。

電話：(089)512-950

地址：臺東市知本路四段 20 號

營業時間：10:30~ 賣完（週二公休）