

鯷魚餐廳的台灣魚之夢：一位少年廚師如何改變一座高雄老漁港？

「我覺得自己就是一隻鯷魚，在大海中渺小又不起眼，可能也沒什麼本事，但經過洽當的料理也能成就一種無可取代的味道。」



Ethon

/

距離晚間開餐只剩一個小時，此時29歲的主廚 Ethon（郭瀝翔）仍渾身濕答答地困在廚房水槽前，與一批意料之外的魚貨搏鬥。

原來，與他頗有交情的魚販黃大哥這天被人惡意棄單了。一大箱目珠清澈、鱗身光亮的石狗公魚，整整齊齊地躺在碎冰上不知何去何從。Ethon 無法忍受這等好魚被人糟蹋，一聽此事，二話不說便把整箱魚打包回府，即便還不知該拿牠們如何是好，「但先買回來，再想怎麼賣吧。」畢竟，他開的是一間以「魚」為重的餐廳。

位於台灣高雄市的「Anchovy 鯷魚餐廳」是 Ethon 的第一間店，也是他開始研究台灣魚的起點。開業一年來，店裡每天只接待一晚十位客人，因為其餘時間，他有更重要的功課：在高雄前鎮漁港研究台灣一年四季的漁獲。

這項任務背後隱含一個現實的困境——台灣雖是四面環海的島國，卻有七成吃下肚的海鮮是舶來品。台灣人的餐桌離自己的海洋越來越遠，也對於屬於這座島嶼的魚種越來越陌生。



「台灣有許多獨特的漁獲，也捕得到一些跟日本同樣的魚種。但為什麼我們不吃自己的魚，而是花更多的錢去跟日本買呢？」他彎下腰從冷藏櫃裡拿出一箱魚貨，裏頭各色魚料如珠寶一般，有銀白、赤紅、淺粉、淡紫，它們分別為尖梭、黃鰭鮪、土魷、煙仔虎，全為秋冬時節台灣沿海的在地漁獲。

台灣魚雖不如高緯度魚種有豐美油脂，肉質卻富含膠質，Ethon 解釋，原因是沿海珊瑚礁、岩礁長有旺盛海藻，滋養了淺海魚蝦，「吃吃看，吃完你就會記得台灣魚在嘴唇上啖啖啖的那種黏嘴的感覺。」目光炯炯的他忘情地推銷台灣魚的美味。

只是沒想到，這天還活蹦亂跳的 Ethon，隔天就急診住院去了。因為手中的那一尾石狗公魚，背鰭其實藏有毒腺，被扎傷嚴重甚至可能休克致命。被魚鰭誤刺的他，一覺醒來手掌已腫成一顆紅氣球般，嚇得趕緊送院就醫。

Ethon 說，從此以後，他學會了任何魚買回去，第一要務是把牠身上的每一片鰭、每一根刺，小心翼翼地剪光——「啊不然，一支手差點要不見耶。」旁人聽了心有餘悸，倒是天不怕地不怕的他還一派輕鬆地把驚悚往事當趣聞說著。



餐廳還能改變世界

出生高雄前鎮的 Ethon 從小在漁港長大、與魚為伍。但他並非餐飲科班出身，「我10歲就去工業區的輪胎行學怎麼幫大卡車補胎，結果13歲那年，我媽某次開車看到一場意外，輪胎氣爆把一個師傅的臉削掉一半，回來後她就要我再也別做輪胎了。」

Ethon 母親獨自經營一間熱炒店，他從小在旁看著學著，年少就懂炒菜下廚。也因熟悉廚房工作，17歲赴澳洲求學後，靠著這技能在餐館打工謀生賺學費。

「廚房教會我人生所有重要的事情。」不愛唸書的他，因☒料理，開始學習外語，從食譜書中閱讀一道菜背後的歷史、文化與知識，也在廚房學會人情世故。天賦與機緣讓他落腳至澳洲餐飲評鑑《Good Food Guide》最高殊榮的三帽餐廳 Vue de Monde 工作。

但 Ethon 說，會下廚，與成為一位廚師的意義並不相同，「為自己做菜，與為別人做菜的心意是不一樣的，一位主廚要站到客人面前，思考手中的一道菜能帶給客人什麼體驗、表達什麼感覺。我也是窩在廚房這鋼鐵牢籠久了以後，才想通什麼是『料理』。」

24歲那年，餐廳行政主廚 Hugh Allen 為 Ethon 寫了一封推薦函，送他至每個廚師夢寐以求的地方——位於丹麥哥本哈根的星級餐廳 Noma 實習。



／

曾經，廚房改變了 Ethon 的人生；但在 Noma，Ethon 發現，餐廳還能改變世界。

Noma 的傳奇是這樣子的。在它拿下米其林三星，並被「世界五十最佳餐廳」（The World's 50 Best Restaurants）連續三年選為世界第一餐廳以前，丹麥一直被視為一片美食沙漠。由於北歐緯度高，氣候環境嚴苛，食物來源相對平乏，當地人大多將食材醃漬、煙燻或風乾為嚴冬準備。Noma 卻化這份劣勢為亮點，在高端餐飲中融合北歐料理傳統，以發酵雜草取代進口香草，以在地的鮫鱈魚肝取代法國鵝肝，改寫人們對奢華飲食的認知。

2004 年，Noma 集結12位北歐名廚，一同擬定並發表《新北歐宣言》(New Nordic Manifesto)，簽署十條飲食準則，旨在關注永續及道德、選用當季在地食材、保存北歐料理傳統及食材等，開啟了全球飲食界與新一代主廚對於當代料理的反思。

Ethon 說，Noma 經驗證明了，一間成功的餐廳，能翻轉大眾對一種料理或一種食材的認知，就像現在價格水漲船高的「羽衣甘藍」（kale），在 Noma 推廣使用前多作為馬匹飼料，如今卻是風靡全球各地的超級食物。換言之，一位廚師能辦到的，不單只是做出一盤美味料理，而是透過飲食的知識及理念對世界產生更深遠的影響。

疫情後，Ethon 返回台灣，陸續在台北米其林二星餐廳祥雲龍吟（已歇業）、RAW 執業；直到去年冬天，母親心臟病忽然發作，他終於重回港都高雄，用一間餐廳說屬於家鄉的故事。



老舊的漁港

凌晨一點，Ethon 騎著摩托車潛進深夜的前鎮漁港。

高雄前鎮漁港現為台灣規模最大的漁港，停泊漁船噸級最大、漁獲產值將近新台幣300億元，占全台遠洋漁業產值總額超過四成。漁港周邊也有水產冷凍加工廠林立，從捕撈、加工至產銷，一條龍生產鏈有成千上萬的漁業從業者以此維生，水產商品外銷至亞洲、歐美等地。

每天凌晨，返回港口的漁船與漁民也會集結前鎮魚市場，當場販售現流魚貨（指漁船回港當日，販賣未經冷凍、解凍的漁獲），吸引市場魚販、餐廳業者等前來挑選鮮魚，天未亮即市聲鼎沸。

Ethon 每週固定挑選兩天前往魚市採購。他說，漁港光景數十年如一日，「從我10歲在這邊補輪胎，到現在30歲開餐廳，20年來這地方都沒變過。」然而，這也包含前鎮漁港長年來的沉痾陋習，同樣未與時俱進。

1967年落成的前鎮漁港啟用至今已逾50年，雖是台灣遠洋漁業最重要的集結地，但由於碼頭設施老舊，卸魚作業與批發市場重疊，待售魚貨被迫落地；港區也未設置完善下水道系統，遇雨則淹，嚴重影響衛生安全；甚至漁港也無足夠休憩空間，外籍船員靠岸後，只能在漁港門外用臉盆裝水洗澡，睡覺時就得回到狹小船艙，無法上岸休息。

為了整建漁港，行政院已核定81億元首次大規模升級前鎮漁港的硬體設施，以改善環境與空間，預算甚至高達漁業署單一年度「漁業發展」預算的近二倍。

但這天與 Ethon 走訪凌晨的前鎮漁港，一輛拖網漁船的貨車駛進魚市，漁網展開，成千上百的魚蝦依然直接傾瀉車道之上，與路面的車痕、鞋印同流合污，魚販則席地蹲坐，徒手分類、現場叫賣。

接著，隔壁來了另輛大卡車，載著數十尾剛撈上岸的活跳石斑進場。一位船員舉著巨魚從車上拋摔，任其在地板猙獰甩尾，另一人則上前舉起榔頭重擊魚頭，血水蔓延一地。

「當日本東京幾十年前就落實漁獲不落地，台灣至今卻仍在地面卸貨。」在前鎮漁港走跳20年的魚販黃大哥坦言，「有時候看外國人來這走逛，真的很想挖個洞把自己埋起來。你從他們的眼神就知道，他們覺得這地方的衛生環境、對魚貨的處理態度，都不達及格的標準。」



Ethon /

過時的漁法

除了漁港的硬體老舊，過時的還有漁民的捕撈漁法。

黃大哥說，日本魚之所以舉世聞名，不只是因¹黑潮洋流引入豐沛魚種，關鍵點在於日本漁船的捕撈方式，以及後續縝密的保存與配送作業。

舉例來說，日本漁人為了延長魚隻的鮮度，普遍會操作「活締」（指一種源於日本的魚類屠宰技術），活魚一釣上船即以長釘穿刺魚腦，瞬間癱瘓魚隻，避免活魚在掙扎時生成乳酸、皮質醇，使肉質變差；此舉也能保持魚體完整未損，提高售價，宰殺過程也相對人道。

接著是「放血」，因血液會為魚帶來腥味，漁人會切去魚鰓，把魚放置冰水中快速放血，從而讓魚肉維持乾淨、鮮嫩的狀態。

Ethon 說，落實活締及放血的魚隻，在放置保冰磚的保麗龍箱可存放長達一週以上，否則，鮮魚三天內就會開始腐敗，「這就是為什麼日本魚空運來台仍能生食，台灣菜市場買到的鮮魚卻必須熟食。」

此外，欠缺永續觀念的濫捕濫撈，尤其是拖網漁法，同樣重創台灣漁業。

Ethon 指著一只由拖網漁船業者捕撈上岸的魚籃，裡頭有近百隻不及三指大小的銀黑小魚，「牠們現在的名字叫『臭魚』，乏人問津，最後石斑業者就會整籃收去當養魚飼料。」但如果漁民能等待這些臭魚長大後，牠們將換個名字叫「黑喉」，是售價一斤能賣到500元、高檔日料常見的台灣魚。

事實上，拖網漁船在台灣已爭議多年，動保團體也多次呼籲官方加嚴拖網漁業相關法規，並研議退場機制。原因是拖網漁法「無差別、大小通吃」的特性，且會使得所經之處的海床被剷平，毀壞海洋生物繁殖、棲息的環境，是破壞性最大的漁法之一。



/

台灣過去規定拖網漁船不得在3海浬內作業，50噸以上的拖網漁船更不得進入距岸12海浬作業，但仍有不少漁民在3浬內以「洗網」名義，假洗網、真捕撈。直到2017年後，法規才明定3海浬內不得投網、揚網等行為，但檢視漁業署沿近海漁業違規處分統計，2018年至2023年底，全台仍累計超過300件拖網漁業違規處分案例。

黃大哥則指出，加上近年科技工具（如魚群探測儀等）輔助，大幅提升商業漁船的捕撈效率，加速了漁場浩劫，例如前年盛產的紅魷魚，去年便幾乎在市場絕跡，「野生漁獲是經不起一次貪心的。」

Ethon 說，自己在魚市場走跳越久，越深刻感受一尾好魚的可遇不可求。像是某回一位經驗老道的魚販帶著他挑選冬季盛產的土魷魚，「大哥說，土魷該選魚頭小、眼睛小、尾巴厚的，且魚體要結實，魚肚不能有東西。」可是逛了整座魚市場，遍地土魷魚卻怎麼也看不滿意。挑了半天，魚販大哥終於挑到一尾符合標準的，自豪地說，「就牠了，其他都是垃圾。」

「但我開車回家的時候就在想，怎麼會整座漁港只有一尾好魚，其他都是垃圾呢？不是應該只有一尾差的，其他都好才對嗎？」Ethon 語氣感慨，「當時腦中只有一個想法是，台灣的漁獲生病了。好東西都在慢慢地——不是，是快速地滅絕了。」

過度捕撈導致漁獲、魚種連年減少，過時漁法又使魚隻的鮮度、肉質下滑，外加不健全的法規，無法根治漁業困境，台灣落入惡性循環，「如果不推廣保育、建立規範，現在我們吃的魚，到下一代就只能存在在圖鑑上了。」黃大哥說。

目前前鎮漁港整建工程，預計於2025年年底竣工，除了提升陳舊的漁港硬體、設置新型魚市場，也將新建一座四層樓的「多功能船員服務中心」，改善漁民及外籍船員的生活及休息空間。但黃大哥認為，此刻台灣漁業更需要的，其實是漁民教育，例如永續漁法，以及提高魚貨品質的保存及配送手法等，才能改變民眾對台灣漁業及漁港的印象。



Ethon

/

「我買的魚要被兩隻手捧著」

雖然漁港距離大眾的生活遙遠，餐桌卻離人們很近。儘管只是一間餐廳的力量，Ethon 仍希望藉由「魚料理」，將自己在前鎮漁港的見聞端上餐桌。

首先，是對於台灣一年四季漁獲的調查。去年開設鯷魚餐廳後，他開始蹲點前鎮魚市場，從每日的海象來判斷漁獲狀況，並記錄台灣各季節的品種，學習不同海鮮的特性與料理方式。

「每個人都知道買魚要看眼睛、看鰓來判斷新鮮度。問題是，你沒看過一隻魚最新鮮的樣子，那怎麼知道牠是不是對的顏色？」Ethon 說，懂魚，不只是辨識品種，而是能辨識狀態，「一尾紅條在上岸的第一、二、三天，呈現的『紅』都不一樣。沒見過最鮮紅的牠，可能到第三天還以為牠才剛釣起來。」

在魚市的經驗值，也要用「學費」來累積。Ethon 就曾重金買下一條12公斤的鬼頭刀，宰魚放血至天亮，切一片生魚片吃才發現整尾魚都乾澀無味，「原來是產卵季的母魚，養分全轉移至卵巢了。」整條魚幾乎作廢。但只要學上一課，他說，付出的學費就沒有白費。

研究台灣魚的路上，也少不了漁民、魚販的知識相授。初期走跳漁港，Ethon 總會精明地帶上幾包香菸、幾罐保力達（編按：一種藥酒，勞動階級多用以提神之用）及結冰水，一面慰勞漁港大哥大姐辛勞，一面偷問三兩個挑魚訣竅；有時也會請魚販試吃自己研發的魚料理，「因為料理就是人與人之間的串連與共鳴」，再多理念與故事，也不比一口美味的鮮魚更令人心服。

不過幾個月，Ethon 便走進漁民的心坎裡，「走到攤位，他們會偷偷從後車廂搬出一箱好魚，就是專門留給你的。」他自豪地說。

黃大哥也說，前鎮漁港每隔一陣子，都會冒出些年輕人想來此地求學取經。一開始看來有點熱忱，但慢慢一兩個月就人間蒸發，「頭燒燒，尾冷冷（台語，指人做事情只有三分鐘熱度）」，Ethon 是少數能讓人信服，對於認識台灣魚有強烈信念與使命感的人。



| /

其次，則是在他日常採買漁獲的過程，遵循永續海洋的標準。

例如，以相對友善海洋的海釣船為主，而不買拖網漁船的魚貨；或是堅守「不時不食」，按時令、季節，採買當令漁獲，同時在餐桌上教導客人食魚知識。

再者，也是最重要的，以珍重的心對待每一尾魚貨。

「記得有一次，在一個攤位看到一尾好大好漂亮的黃雞魚，眼睛一亮就出手要買，結果魚販抓著魚尾就往兩公尺外的磅秤那邊丟去，我看了一瞬間火氣衝上來，不買了！我問他，這魚拿去煮給你兒子吃，煮給你媽媽吃，你願不願意？」

他說，做食物這一行的人，就要對食材有基本尊重，「靠魚賺錢，怎能把牠當垃圾般對待。」同理，只要攤商願意珍視自己手中的魚貨，他也願以更高、更好的價格來購買。潛移默化之中，Ethon 也改變漁民對於一尾魚的態度，不少前鎮魚市的魚販現在都知道，「我買的魚要被兩隻手捧著。」

王大哥觀察，許多在台灣和日本料亭，不用台灣魚，反而主打九成的海鮮從日本空運來台。但事實上，若台灣在地漁業也能改變重「量」不重「質」的思維，從捕撈、保存到配送都升級，台灣魚的價值未必較低，台灣不必崇洋媚外。

鯷魚餐廳也正構思一個計畫：包下一條漁船，教導漁民為每一條魚進行活締、放血，再收購魚隻烹調料理。Ethon 說，這些零星的行動未必能改變整個產業，卻能發揮一個示範作用，「只要我們願意，台灣也能做到。」



| [用台灣魚料理改變一座漁港](#) /

用台灣魚料理改變一座漁港

「對我來說，一間好的餐廳，一定是透過料理去創造了一個重要的改變。」而在 Ethon 心目中，台灣最好的兩間餐廳，「一個是屏東縣好茶部落的 AKAME，因為他改變了一座山頭；另一個是高雄市的 Marc L³，因為他改變了一個市場。」

AKAME 是魯凱族主廚彭天恩的餐廳。他曾在米其林星廚江振誠在新加坡的餐廳「Restaurant André」工作，回台後卻選擇回到家鄉部落，與自己的族人，用山林裡的山產、野味，做出 fine dining 水準的原住民料理，以美味吸引城市人走進部落、認識部落，讓一個偏鄉部落能夠自給自足。

Marc L³ 則顛覆 fine dining 的印象，選擇落腳在高雄鹽埕第一公有市場、一個只有八人座位的市場攤鋪，以平時價格端出細節十足的精緻料理。原因是，主廚廖偉廷相信「吃飯是平等的」，美味料理並不服務特定階級，不因身份高低、貧窮富貴而有所差異。當不同背景的人們坐在一塊，交流互動，飲食也可能創造階級流動。

曾在丹麥、澳洲、台北受過 fine dining 訓練的 Ethon 說，精緻餐飲是以高人力、高工時、高壓力，堆砌出來的飲食體驗，「這些努力的背後，一定有一個更高更遠的價值與意義，去支撐你的夢想。」

那麼鯷魚餐廳的夢想呢？「是用台灣魚的料理，改變一座漁港的環境。」Ethon 的答案，沒有一絲猶豫。



Ethon

/

剛開業滿一年，鯪魚餐廳至今沒有一張固定菜單，唯一的共通點只有 100% 來自前鎮漁港的時令台灣魚，藉由春、夏、秋、冬的四季漁獲，拼湊出屬於台灣的海洋滋味。

開場第一道的綜合生魚片，即是 Ethon 給客人們的一本台灣魚百科。例如現在秋末冬初，盤中有比目魚、土魷、煙仔虎、黃鰭鮪，魚肉點綴醃漬彩椒，佐以魚內臟製成的魚露，呈現台灣漁獲的出彩與繽紛。

而值得一提的是，鯪魚餐廳的每一種魚料，皆經過數日，甚至數週的熟成。Ethon 說，原因是直接鮮食，並非吃台灣魚最美味的方式。

他說，台灣魚不比高緯度魚種的油脂豐美，熟成既可除去魚隻的多餘水分，濃縮風味；魚體內的酵素作用後，還能軟化肉質，催出魚肉的鮮甜。也因此，每一批鮮魚載回餐廳，Ethon 會立刻進行「津本式」（一種熟成技法），剝魚頭、去鱗片、取內臟、放完血，再以鹽水浸泡擦拭魚體，吊掛於冰箱中靜置；又或是將魚身包紙巾、真空保鮮膜，放在零度的冰鹽水浸泡熟成。

Ethon 也在鯪魚餐廳落實食材零浪費。「無論在世界的哪個地方，所有的魚都應該被視為巨大的資源。」鯪魚餐廳開店一年，一副魚骨、一塊內臟都沒丟過，運用在 Noma 學習的醃漬與發酵技法，將魚內臟、甚至魚眼睛製成魚露，作為料理調味的秘密武器，創造「全魚料理」的可能性。濃郁鹹鮮的魚露能賦予料理迷人的鮮味，令人吮指難忘；魚骨用以熬湯，連魚鱗都被他蒐集曬乾，製成餐廳裡使用的盤子與碗器。



| Ethon /

如果用一句話形容鯷魚餐廳的料理，Ethon 回答，「就是體驗我們在漁港長大，與遊走世界後對料理的人生觀。」

餐廳取名「鯷魚」，他解釋，原因是鯷魚是地中海一帶，一種體態又小、風味又腥，沒有什麼經濟價值的魚種。從前人捕撈到大多將之丟棄，直到後來有人把它鹽漬、油漬成罐頭，令牠搖身一變成為鮮味最濃郁、風味最豐富的食材。

「我覺得自己就是一隻鯷魚，在大海中渺小又不起眼，可能也沒什麼本事，但經過恰當的料理也能成就一種無可取代的味道。」在他眼中，真正寶藏不在他方，就在家鄉。