

**【校園話題人物】幸福小廚娘 英文四邱韻文**

學聲大代誌

曾相繼摘下2011好菇道創意料理比賽素人組冠軍、2011臺北美食親善大使冠軍，以及2011關西玉山麵創意料理比賽第三名，因此產生信心，進而成就超高人氣的美食部落客英文四邱韻文，更因創作料理而上過知名節目，例如1月份麻辣天后宮「誰說美女不做菜」的單元、美鳳有約等。

回首成長階段，邱韻文坦言很少進出廚房，多數時候僅在一旁看媽媽做菜，更生怕自己成為黃臉婆。是什麼機緣，讓不忙灶事的她居然願意洗手做羹湯呢？邱韻文靦腆地笑說：「直到遇見現任男友後，他希望能品嚐到我親手做的菜，因而鼓勵我下廚試試看。起初心裡打定主意，若被嫌棄難吃，就不再踏進廚房半步。殊不知，每道菜餚在他口中皆成了美味，讓我不繼續做也難！」從此鼓勵成為她下廚的動力來源。

今日能在廚藝界有一番小天地，耕耘的功夫當然絕非一蹴可及。邱韻文廚藝的養成來自於坊間隨手可得的食譜書。回想首次做菜的經驗，她直呼「幾乎只有個『慘』字可以形容！」即便是選擇最簡單的炒空心菜，成品卻仍然讓人難以下嚥。她不禁大嘆：「食譜只教人如何爆香，卻沒教我怎麼挑空心菜啊！」現在的她，廚藝已非同日而語，這要歸功於勇於嘗試的精神、出征參賽的經驗，以及家人、朋友的鼓勵。而閒暇之餘，邱韻文說：「我也會觀看烹飪節目、美食書，或是相關雜誌，這是可以增進廚藝能量的好方法。」

2年多來，邱韻文將學成的菜餚透過部落格一點一滴記錄下來，迄今邁向100道菜大關，其中有義式焗烤千層茄子、義式南瓜麵疙瘩，以及乳酪烘蛋佐奶油蘑菇醬等自創料理。談起料理，邱韻文眼神散發著光芒，說道「一方面記錄自己的學習成果，另一方面想和大家分享，其實做菜並不難，因為我也是看食譜學來的。再說如果我可以，相信大家也行！」她建議大學生的宿舍生活，利用微波爐、電磁爐及電鍋等家電用品，也能做出簡單的小火鍋、燉肉，「下廚一點都不困難，健康、省錢、乾淨、營養，又好玩。」

聊及料理的另類發展，去年曾參與烘焙書籍的討論，邱韻文滿懷夢想地說：「很享受自問自答及查詢、研究料理資料的樂趣。有朝一日，希望能出版屬於自己的美食書，以及開設一間烹飪教室，未來也想在這領域繼續發展。」她不求做大廚，只盼成為「料理傳播者」的角色，讓大家感受到料理的樂趣。（文／林佳彰）

2013/03/11



手持鍋鏟的邱韻文，為愛開啟料理之門，更透過部落格分享廚藝。（攝影／蔡昀儒）