

羊奶頭

戴德泉

客語「羊奶頭 iongˋ nen teuˋ」又叫羊奶仔或羊奶埔，也就是桑科榕屬的台灣天仙果（學名：Ficus formosana Maxim.）。羊奶頭的根有一種非常特殊的香氣，我們客家人會用它、藤胡頹子或鄧氏胡頹子（雞核仔 gieˋhag eˋ）、基隆山葡萄或細本山葡萄（山葡萄 sanˋpuˋtoˋ）的根加紅棗和枸杞（甘杞 gamˋgiˋ）泡米酒，據說能夠強健補身，可以說是客家人特有的「大補頭」。也會用羊奶頭的根曬乾或濕品，單方燉雞湯或排骨，據說能夠強身補精、調養身體。它的果成熟後形如「羊乳房」，因此就把它叫「羊奶頭」，用它成熟的果泡酒飲用，養身效果更勝它的根，成熟後果實紫黑色，泡出來的酒色紅潤，除了男士能夠強身補精外，女士也能養顏美容，聽說喝過的人都會回頭找尋呢！

以前我們住在山區，視羊奶頭為一般雜木，也不知道它是什麼？能做什麼？所以不會挖掘來使用，只是偶而有老人家挖一些根回來曬乾備用，之後又帶一堆樹根回來，小孩子好奇問他們那是甚麼？挖來做什麼？老人家總是很詭異笑著回答說：「細人仔毋好問恁多！」，也有媽媽會挖它燉雞湯給小孩吃，據說可以幫小孩轉骨及增加食慾。

早期淺山區羊奶頭到處都是，一個拳頭大的植株處處可見，偶然間有人風聞它的效用與美味，就開始大肆宣傳，大約在民國 83 年左右，突然山區到處是拿著鋤頭、鏟子的人，到山上挖羊奶頭，一麻袋、一麻袋的帶走，大小通吃，開啟了羊奶頭的浩劫；而鄉下餐廳也開始有一道「羊奶頭雞湯」或「羊奶頭排骨湯」。

羊奶頭有公、母之分，母株的果實較小，成熟後富含膠質，吃起來甜甜的；公株較大顆，但中空狀無膠質，吃起來淡而無味。現在山區羊奶頭數量越來越少，有人就想到用人工繁殖；人工繁殖有插枝和播種兩種方式。羊奶頭的主要香氣在鬚根，因此，用播種方式培育出來的鬚根較多；如果用插枝方式繁殖，鬚根則較少。在苗栗獅潭的仙山或其它風景區，有商家賣曬乾成包的羊奶頭樹根，他們為了賺錢，

材料就不那麼實在，沒香味樹幹也會一起切碎混入，買回家後煮出的湯頭當然香氣就差很多。

現在有些地區因為找不到羊奶頭，就以效用與香味差不多的「牛奶榕」替代。牛奶榕客家話叫「牛奶頭 ngiu^ˇnen teu^ˇ」，也是桑科榕屬（學名：*Ficus erecta* Thunb.），為落葉性小喬木，全身長滿短毛，跟羊奶頭一樣皆為「隱頭花序」或叫「隱頭果」，肉質的花托把小花全包覆在裡面，雌花長在單獨花托裡，雄花和蟲癭花則包在另外花托中，果實毛茸茸且較羊奶頭大，成熟時橙紅到深紅色，母株果實成熟後吃起來類似無花果味道。