

口碑再現 強勢回歸

一齣「可以吃」!?  
的獨角音樂劇

你想我 我都在  
因為我在你的血液裡  
所以你並不孤單



# 美味型男

Chef in style

## 導演的話

# 梁允睿



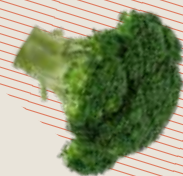
有一天我跟製作，看到兩位伯伯在路上手牽著手，那畫面對我來說有點感動，卻有點衝擊。《美味型男》創作之際，就是期望看到這樣的場景，喜歡彼此的兩



個人，能跟所有人一樣有大口呼吸的權利，也有大聲說「愛」的權利。但看到這兩位伯伯的穿著跟談吐，很難讓人不聯想到，他們的小孩，可能都跟我一樣大了！如果他們能更早，不用為了社會制度結婚，而能牽著自己愛人的手，也許能減少更多人的痛苦。家人之間有著厚厚的隔閡，不一定是你想的不愛彼此，其實很單純的，是因為「秘密」。彼此心照不宣，但卻又如日望月，心裡渴望被瞭解、被愛的力量因為「秘密」的反作用力，讓你們越來越不敢接近對方，尤其是家人。同婚過後，台灣進入新的人權里程碑，不需要大城市當我們的堡壘，邀請家人一起進到我們的生活，社會的腳步會慢慢跟進，不疾不徐，讓這一切像是秒針、生活、像是呼吸，會的他們也會走進我們的生活的。期待一家人坐在餐桌上，揶揄調侃著生活小事，你跟你愛人四目相交，在家人面前幸福的微笑。

## 製作人的話

# 劉姿含



十年前是我第一次看美味型男，跟這齣戲的淵源，從觀眾，助理，到現在製作人，一路走了十年，可以說型男是一直伴隨著我在劇場長大的一個主要動力，到現在已經看了五十幾次，每一次的感動我都還記得，就如同蔥蛋一樣，平凡簡單，但當他每次出現在餐桌上，永遠都不會膩。



這是一齣充滿愛和誤解的故事，家人的愛、對伴侶的愛、對那些來不及說出口的愛，在長大的過程裡，我們對家人的親密感，會隨著年紀的增長慢慢的消失，生活被工作、課業慢慢地填滿，跟家人的距離也越來越遠，還記得你上次抱抱家人是什麼時候嗎？

希望在看完演出，可以讓你有要抱抱家人的勇氣。

## 故事介紹

原本風靡煮婦界的型男主廚-允睿，才剛因緋聞形象一落千丈，現在又遇上了更大的事業危機——電視台為了刺激收視，居然從下一集起，要將他長年主持的西餐美食節目，改成介紹更貼近台灣人的大火快炒，也是他最討厭、也最不熟悉的中式料理。

上一次做中餐時都還沒桌子高的允睿，只得找出那本曾是中餐名廚的母親所出的食譜準備臨時抱佛腳，沒想到一翻開，母親的靈魂瞬間從書中附到了允睿身上...

究竟母親的附身對允睿來說是福是禍？

過去對料理理念不同的兩人水火不容，在公開場合總是鬥嘴鬥不停鬧得人仰馬翻！這次錄影現場，能否順利錄製，度過允睿這場事業危機！

## 故事緣起

2012年年初的一天早上，允睿從冷凍庫拿出母親從南部用宅急便急速冷凍運送來的麻油雞飯，放到電鍋裡，每天依然工作忙碌的自己，被電鍋裡傳來的香氣溫暖了心靈，那時突然一個靈光閃過，如果能運用食材的味覺來當成創作的一個介質，與觀眾間是否能有更精彩的互動與火花呢？於是允睿開始注意身邊所有的食材，以及大街小巷的傳統美食，也在Facebook上對大家發問：「哪一種食材是你從小到大最難忘的？」許多好友開始張貼自己對於食材的記憶，而絕大多數來自於母親。這一點回應對允睿來說相當興奮，母親的「味覺」記憶，在這之間居然連起了一條線，而那條線是那麼深刻的運行在每個人的生活上。



# 演職人員介紹



## 製作人 劉姿含

臺灣師範大學表演藝術研究所 行銷組  
現為劇場自由工作者、紅潮劇集駐團行政

近期經歷：

紅潮劇集《瑪莉皇后的禮服》製作人  
夾腳拖劇團《國王與國王》執行製作



## 音樂設計 張絜宇

台北藝術大學音樂系，台灣師範大學流行音樂產學應用研究所  
曾參與紅潮劇集《瑪莉皇后的禮服》、台藝大音樂劇《光》、  
台北市立國樂團《蔥仔開花》、謎思星球劇團《Hi皮諾丘》  
等，分別擔任音樂總監、音樂設計、編曲、樂手等不同角色  
現為紅潮劇集音樂總監，微宅藝文沙龍藝術總監，為跨足古典  
聲樂、音樂劇、流行音樂等多種表演藝術之音樂工作者



## 舞台監督 林貞佑

國立台灣大學戲劇學系畢業，現為劇場自由工作者。  
喜愛自由自在的生活，到世界各地遊玩，吃吃異國美食。



## 舞台設計 魏匡正

畢業於國立臺北藝術大學劇場設計系 主修燈光設計。  
目前為劇場自由工作者、文山劇場舞台監督、  
玩劇工廠駐團設計及製作人。



## 燈光設計 莊知恆

劇場燈光設計師，燈光裝置藝術家、策展人，  
擅長以不同觀點切入各式作品，  
創造出獨特風格的光影語彙。



## 影像設計 楊朝皓 Howard YANG

動畫導演、編劇、MG設計師。  
國立台北藝術大學新媒體藝術碩士。  
熱衷於實驗各種動畫影像的敘事表現。



## 服裝設計 張義宗

現役服裝設計師/退休DragQueen，  
世界公認最沒有烹飪細胞的人，  
烹飪作品散見於各大社群媒體（但拜託不要去找），  
設計作品也是。



## 音響設計 吳昂霖 (錢包)

一個奇怪的聲響工具人，哪裡有聲就會被吸引，  
就會落入聲的陷阱裡，無法自拔的。  
就成為了工具人。



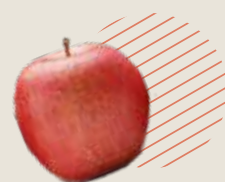
## 行銷宣傳 劉芳妤

國立臺灣師範大學表演藝術研究所  
長期耕耘在技術統籌、舞監與製作相關領域，  
現正拓展至行銷宣傳，並以全方位製作人為未來發展目標。



## 導演助理暨音效執行 秦翊芳

表演藝術工作者  
2022 女子 HIGH vol.7 【歡默組】舞者  
2020臺北藝穗節《好好》共同創作



## 平面設計 王俐心

最新的正職為軟體工程師。  
跌跌撞撞人生旅途上不斷嘗試新的可能，  
耍廢人生也可以默默挑戰了很多事情。

# 美味型男-臺菜食譜手稿

## 芹菜炒花枝

### 材料

- 花枝一隻
- 芹菜一束
- 蒜頭適量
- 辣椒適量
- 油 適量
- 鹽 少許



### 作法

1. 將花枝斜紋切片放置盤子備用。
2. 將芹菜洗淨，切段，每段約莫3公分，切好放至盤子備用。
3. 將辣椒切片、蒜頭拍過後切碎，放置盤子備用。辣椒、蒜頭本身為提味功能，可以依照口味做調整。  
白米廚娘：切辣椒要記得洗小手手！
4. 開火、熱鍋、加油，看到鍋子微微冒煙，先將蒜頭下鍋爆香，隨後下芹菜炒至半透明，加入花枝。火開大，辣椒絲也可以下鍋點綴，加上少許的鹽。拌炒後蓋上鍋蓋，等待2分鐘後起鍋，就可以盛盤上桌！

廚娘小提醒：在挑選花枝的時候可以用手捏捏看花枝，如果摸起來QQ的，代表花枝很新鮮，如果捏起來軟軟的，可能代表花枝的新鮮度沒那麼新鮮。

型男小提醒：挑選芹菜的時候要看葉子挑選，可以挑芹菜葉子比較張開，會比較新鮮。

香香香~完美 (愛心)



# 香煎蔥蛋

## 材料

蔥一把

雞蛋 三顆 中藥店買的胡椒鹽

~~胡椒鹽~~ 少許 少許

~~油~~ 適量 油越多蛋越香

鹽 少許



## 作法

先將蔥切成蔥末放進碗裡，打三顆蛋，加入鹽巴少許，拌一拌。

開火加油熱鍋，油鍋熱了之後，倒入雞蛋液。

看到蛋的邊邊翹起來鍋鏟鏟的起來就可以翻面。

翻面後大約一分鐘，就可以起鍋。

盛盤後在表面撒上胡椒鹽，就可以上菜啦。

白米廚娘小教室：

要如何挑選蔥呢？

臺灣蔥最有名的就是宜蘭三星蔥。蔥要挑的重點是要挑那種，蔥腳比較長的那種，比較甜。

香香香~

## 洋蔥紅蘿蔔炒肉絲

### 材料

~~洋蔥~~一顆 洋蔥半顆

~~紅蘿蔔絲~~

肉絲一份

鹽 少許



### 作法

- 將洋蔥、紅蘿蔔切成絲，放進盤子裡備用。
- 開火加油熱鍋，油鍋熱後將洋蔥下鍋翻炒。
- 當洋蔥炒到半透明的時候，加入肉絲翻炒。
- 蓋上鍋蓋悶個一分鐘，最後加入點鹽巴拌炒。
- 關火起鍋，盛盤上菜！

美味到想哭~~~







# 【NO.1 Paparazzi】

主播：社會要真相，我們替你找真相，社會要亂象，我們為你製造亂象。  
大家好我是主播，大嘴紅（吼）。

真相 真相 真相 真相  
假象 假象 假象 假象  
真相 真相 真相 真相  
假象 假象 假象

真的講久了就變假的  
假的講久了就變真的  
新聞的重點不在感動而在聳動  
新聞的要點不是中立而是權力  
權力在於我說話 你聽  
真實在於我假裝 你相信

身在消費的時代  
什麼都可以被消費  
股票起起跌跌  
愛情生生滅滅  
不管是你是我是她都要被我消費

今天是哪個阿忠要退伍  
哪個云云要嫁人  
巷口阿姨有喜  
巷尾弟弟喇舌  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
愛死你

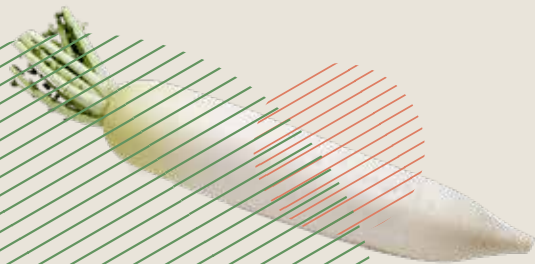
只要他比你有錢  
我們都叫他姥爺  
這就是這個社會  
它最美的一面

今天是哪個阿忠要退伍  
哪個云云要嫁人  
巷口阿姨有喜  
巷尾弟弟喇舌

PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI  
PAPARAZZI

我們都要爆  
我們都要爆  
我們可以把你爆成明星  
我們都要爆  
我們都要爆  
我們可以让你一夕成名  
我們都要爆  
我們都要爆  
我們可以假裝對你疼惜  
我們都要爆  
我們都要爆  
我可以把你高高捧起  
再讓你摔得一身泥

主播：Oops!Sorry!





# 【NO.2 我只想有一場簡單的夢】

你想成為什麼  
很多人都有想過  
你想成為什麼  
我想你也努力過

但長大後  
卻只想好好的做一場夢  
一場大家期待的夢

我想成為什麼  
很多時候我都想過  
我能成為什麼  
也許你都走過

夢裡的我睡得很熟  
好像什麼事情都沒有發生過  
也許身邊有一隻胖貓或是小狗  
沒有什麼比那樣的簡單更享受

我想成為什麼  
很多時候我都想過  
我能成為什麼  
也許你都走過

只想簡單的做一場夢  
做一場不用抱頭痛哭的夢  
一場像是小時候  
想著長大那樣簡單單純的夢





## 【NO.3 空蕩】

十九歲那年  
選擇離開母親的陰影  
為了尋找美食天堂另一隅  
收拾行李  
不告而別離去  
不顧母親難過傷心

為了說不出的秘密  
只想能夠安身立命  
幾十年過去  
以為生活慢慢變安定  
生命不再隨風飄零

三十好幾  
生活不再有目的  
一桌好菜  
一個人的餐廳

孤寂  
充滿整個房底  
空空蕩蕩  
怎麼休息

一個人的堅強  
總在深夜裡被扒光  
人活著總是兩難

想被關心  
又怕承受負擔  
該如何面對  
好難

人好難 好難  
人好難 好難  
人好難 好難  
人好難 好難  
人好難 人好難



## 【NO.4 允母出現】

蒜苗煸肉  
糖醋排骨  
鳳梨蝦球  
苦瓜鹹蛋  
都要大火快炒上桌

香菇雞湯  
花生豬腳  
紅燒牛楠  
蘿蔔排骨  
都要用心細火慢燉

煮菜只有一個訣竅  
用心挑選  
食材新鮮  
才能煮出懷念的味道  
才米油鹽大火小火  
用心料理  
真情上桌  
才能撫慰遊子的心

蒜苗煸肉  
糖醋排骨  
鳳梨蝦球  
苦瓜鹹蛋  
都要大火快炒上桌

香菇雞湯  
花生豬腳  
紅燒牛楠  
蘿蔔排骨  
都要用心細火慢燉

煮菜只有一個訣竅  
用心挑選  
食材新鮮  
才能煮出懷念的味道  
才米油鹽大火小火  
用心料理  
真情上桌  
才能撫慰遊子的心

## 【NO.5 母親的歌】

做人的阿母  
她要得的是啥貨  
已經好久好久沒人問過  
可能她想要聽到的只是  
媽你吃飽沒  
她的寶貝  
有多久沒見過

一個阿母  
我要得的是啥貨  
已經好久好久沒人甲阮問過  
可能我想要聽到的也是  
媽你吃飽沒  
我的寶貝  
有多久沒見過

我愛料理  
用料理使人感動  
我愛料理  
用料理與世界交流  
我的寶貝  
離我越來越遠  
若是要我選擇  
我要選擇啥貨

我愛料理  
用料理使人感動  
我愛料理  
用料理與世界交流  
我的寶貝  
離我越來越遠  
若是要我選擇  
我要選擇啥貨

要讓世界感動  
還是讓他愛我

## 【NO.6 芹菜花枝】

我還記得  
你吃第一口飯的表情  
我拿湯匙  
你張口讓我餵你  
那期待的表情  
我從來不會忘記  
我還記得  
你第一次生氣  
我拿棍子  
你不動站在那裡  
那倔強的表情  
總覺得我不瞭解你

直到我為你做菜  
做出你喜歡的味道  
像這盤Q脆的芹菜花枝  
才化解我們的過去

QQQQ 脆脆脆脆  
芹菜花枝不只美味  
QQQQ 脆脆脆脆  
咬一口就化解誤會  
QQQQ 脆脆脆脆  
芹菜花枝新鮮美味  
QQQQ 脆脆脆脆  
咬一口就征服你的胃





## 【NO.7 安慰】

每個下雨的天氣  
我都在想你  
你教我用的廚具  
我握緊手裡  
每個下雨的天氣  
我都想起你  
你教我用心的聽  
你跟我分享的心情

新聞廣播：「為您播報一則火警新聞，昨夜凌晨嘉義市中山路發生了一起火警，木造房屋被大火吞噬，經消防人員搶救下還是有一名男子遭濃煙嗆死，經鄰居表示那名男子正是國內家譽戶曉白米廚娘長子。火災現場初步勘察疑似電線老舊走火，警方還在做更進一步的調查...」。

你留下的秘密  
在每個下雨的夜裡  
誰聽到我哭泣  
誰能安慰我心  
你留下的秘密  
在每個下雨的夜裡  
誰聽到我哭泣  
誰能安慰我心

你留下的秘密  
在每個下雨的夜裡  
誰聽到我哭泣  
誰能安慰我心  
你留下的秘密  
在每個下雨的夜裡  
誰聽到我哭泣  
誰能安慰我心



# 【NO.8 欠一味】

我的人生欠一味  
不只有歡喜  
我以為我會放忘記  
忘記艱苦的過去  
我的人生欠一味  
想來心內愈傷悲  
以為放離離  
煞忘記欠一味  
人生全沒味

誰拿刀 割走我 心肝頭一塊肉  
將他拆食入臟  
害阮看沒他身影  
小漢時 他愛阮 教他摻鹹淡  
站在阮身後  
斟酌跟阮看

他是阮心肝 阮的仔子  
叫著他名字  
煞聽嘸 他的聲  
他是阮心肝 阮的寶貝仔子  
怎沒越頭甲阮看  
就照你走

小漢時 他愛阮 教他摻鹹淡  
站在阮身後  
斟酌跟阮看

他是阮心肝 阮的仔子  
叫著他名字  
煞聽嘸 他的聲  
他是阮心肝 阮的寶貝仔子  
怎沒越頭甲阮看  
就照他走

# 【NO.9 不要說這些】

允睿：  
你不要鬧  
不要覺得你都對  
突然跑進我生活  
就想改變一切

允母：  
沒有啦！

允睿：  
我愛做菜  
跟你一點無關  
我不需要你插手  
不需要你幫忙

允母：  
好啦！

允睿：  
我的世界已經很好  
不需改變  
哪怕失魂落魄  
我也心甘情願

允母：  
你不要說這些  
你不要說這些  
等一下被你長官聽到你就倒霉  
你不要說這些  
你不要說這些  
你的粉絲媽媽會以為你頭☒顛顛

允睿：  
在我們需要你的時候  
你在哪裡  
你現在回來  
你想彌補什麼東西  
你知道你自私的放棄你的家庭  
現在還祈求希望別人原諒你

允母：  
你不要說這些  
你不要說這些  
觀眾在那裡節目錄影不能聊天  
你不要說這些  
你不要說這些  
現場LIVE播出去之後你就倒霉





## 【NO.10 為你唱首歌】

咱有多久  
沒聊天  
像過去彼時  
咱都笑咪咪  
說你心裡的話  
沒說過的話  
你不是一般白的蘿蔔  
你就不該簡單  
應該用彩虹的光芒  
勇敢照亮你生命的窗

允睿：導播暫停，今天我沒辦法錄了……


允母：為了媽媽，把最後一道菜作完好不好。

每一個暗眠  
我攏在想你  
想你在做什麼  
你是否有吃飽  
若是有人讓你煩惱  
是否有人替你分擔  
幫我陪伴你  
伴你一輩子

咱有多久  
沒聊天  
像過去那時  
咱攏咪咪  
說我心裡的話  
沒說過的話  
就像是我愛你  
卻說不出口

時間漸漸的流逝  
後悔越來越多  
你看不到我的暗眠  
你是否會想念我

若是我還可以  
為你擱唱一首歌  
希望你愛自己  
找一個人來愛你  
男孩女孩都沒關係  
只要他能疼惜你  
陪你談天  
聽你做夢  
我才能夠歡喜的離開回去





# 演職人員

製作人 | 劉姿含  
編/導/演 | 梁允睿  
創作協力 | 王靖惇  
舞台監督 | 林貞佑  
音樂設計 | 張絜宇  
音樂編曲 | 黃長頌  
現場樂手 | 張絜宇  
燈光設計 | 莊知恆  
舞台設計 | 魏匡正  
服裝設計 | 張義宗  
影像設計 | 楊朝皓  
音響設計 | 吳昂霖 (錢包)  
平面設計 | 王俐心  
行銷宣傳 | 劉芳妤  
導演助理暨音效執行 | 秦翊芳  
影像執行 | 莊雨蓁  
燈光技術指導 | 盧冠諺  
燈光技術人員 | 陳宣妙、葉浩維、梁弘岳  
舞台技術人員 | 顏鈺庭、陳芋鏐  
音響技術人員 | 楊世暄  
製作助理 | 吳飛君  
前台人員 | 王秋楹、秘淮軒、蔡宛妤、王甯玫、陳柏翰、黃冠智、林昱奇  
劇照師 | 林育全  
錄影紀錄 | 晟彥劇務工作室

## 特別感謝 |

生活劇場重開機  
依同開MIC辣  
飛碟午餐尹乃菁時間  
微宅LITE SALONE  
路易食堂 Louis food talks  
傾聽音樂  
談話時間Beyond Your Taste

賈文青德仔  
張宇勝  
楊璇

贊助單位 | Jamio家麵屋、風痕國際有限公司、交響樂國際有限公司

