



部落老中青三代合唱八部合音。



## 萬物糧倉×食農體驗 大地餐桌饗宴

宜居宜業，幸福農村

柯燦堂<sup>1</sup> 黃秀惠<sup>1</sup> 陳昀生<sup>1</sup>

### 壹、前言

以天為幕，以地為席，吃在地、品當季，喝風土釀的酒。連結消費者、廚人、生產者與土地，喚醒現代人對大地的感知。臺東大地餐桌食的魅力，就在於邀請民眾親臨現場，產地到餐桌零距離，透過動人的說菜，傳達農人對土地的珍惜，認識佳餚背後的文化脈絡，並藉著廚人的手藝，重現與傳承經典料理。

註1：農業部農村發展及水土保持署臺東分署。

酒後不開車  安全有保障



蓋亞那工作坊的經典小米飯。

更深層的精神與目的，是希望大地餐桌可以作為一個平臺與窗口，將地食、地產、地物，以餐桌的形式演繹，整合地方的廚人、生產者、加工者協力合作，與消費者連結。透過餐桌的介紹、體驗與導購機制，實現產業輔導群體互繫的地域創生，結合產業與觀光，提升地域認同感並擴大農村經濟價值，踐行萬物糧倉的核心理念。

計畫發展至今，已可從各組風格和背景各異的團隊，看到計畫精神有了繽紛多元的實踐，讓我們一起看看111年4組培訓團隊的精彩故事。

## 貳、文化傳承，部落參與——八穀合音超級食物餐桌

「八穀合音——超級食物餐桌」由崁頂部落蓋亞那工作坊 Kaiana 所企劃，吃「八穀」，感受部落裡農

夫、廚人與饕客的「合」作，透過八部合「音」，感受大地的賜與。

承襲布農族傳統文化與食物記憶與創新兩大精神，蓋亞那工作坊將布農族豐富的原生種穀糧與豆類，包含小米、旱稻、油芒、紅藜和樹豆等營養豐富的超級食物，搖身一變成為美味佳餚。

### 一、從小米復育開啟的餐桌故事

蓋亞那工作坊位在崁頂部落，布農族語裡的蓋亞那 Kaiana，意指「懸掛」，而在蓋亞那工作坊與小米田的屋頂上，也總是懸掛著一整排的小米，安靜地訴說著崁頂部落復興小米與重視保種文化的堅定。

小米是布農族人祭儀的核心，蓋亞那工作坊的主理人 Ibu（胡郁如）追隨父母胡天國與劉金蕉的腳步，在部落裡種回一片布農族的小米園。

「農夫種植小米，交由廚人料理，接著有愛吃的人把料理好的食物吃下去，就會形成一個循環，讓傳統作物持續被耕作，其中的文化價值也能被保存下來。」

### 二、吃進「八穀」，感受布農式的超級食物

「八穀」比喻的是部落傳統作物的多元性。在蓋亞那的田裡，除了小米，還有許多珍貴的原生穀物，以及





被統稱為「布農豆豆」的豆類，像是旱稻、稷米、油芒、紅藜和樹豆等作物，這些營養豐富、在當代被稱作「超級食物」的食材，其實一直存在於布農族的飲食文化中。「八穀合音——超級食物餐桌」則藉由蓋亞那團隊的巧手，在沒有瓦斯爐、電力、電鍋和氣炸鍋的廚房，透過原始的火，重新將這些超級食物們變身成各種創新風味。旱稻玄米茶、豆類天貝、紅藜沙拉、八穀玉米濃湯和冰淇淋佐油芒爆米花，搭配燻肉、烤魚、小米飯等傳統原民料理，在口中迸出新滋味。

### 三、八部合音 Pasibutbut——通往天堂的聲音

餐會的序曲，是悠揚和諧的八部合音。崁頂部落是全世界第一個被錄下八部合音的地方。部落老中青三代依序入場圍成一個圓，4個聲部層

層疊疊產生共鳴，震撼、莊嚴又安定人心，用歌聲感謝上蒼，也為所有旅人帶來祝福。每場大地餐桌 Ibu 都有意識地安排八部合音的演出，及安排部落的青生代擔任前後場工作人員，對她來說，每次大地餐桌都是一次練習，期許著透過每次的實踐，達到文化傳承、部落參與、向內凝聚。

### 參、茶餐搭配，相輔相成——琥珀。食光

「琥珀。食光」由饗嚮台東舉辦，使用鹿野地區最具特色的紅烏龍茶，醞釀一場琥珀色的茶餐饗宴。紅烏龍茶的風味，與在地廚人的料理和諧共舞，在味蕾上產生精緻的變化，滋味昇華。琥珀色茶湯在燭光下搖曳，一期一會，品味  $1+1>2$  的鹿野「地茶」與「地食」。



「地茶」與「地食」的完美搭配。



臺東鹿野最具特色的紅烏龍茶。

酒後不開車  安全有保障

### 一、專屬於鹿野紅烏龍的五感體驗

紅烏龍茶，是臺東鹿野地區的特色茶。茶湯呈晶瑩琥珀色，入口滋味既有紅茶的香，也有烏龍的韻。「琥珀。食光」的餐桌處處充滿茶的優雅意象，透過觀茶、聞茶、品茶、聽茶與摸茶，旅人們可以感受當代茶文化的精緻感。

### 二、「茶」，不只是配角！而是美味的催化劑

高腳杯斟滿金黃清甜的鹿野在地冷泡金萱茶，為琥珀色的夜晚揭開序幕。搭配沙拉與海鮮，風味都令人驚艷。

接棒上場的是紅烏龍合作社的經典款——「晨曦」，順口的茶湯、輕柔果香與暖甜焙火香，剛剛好的滋味，彷彿早晨暖暖的陽光，吃一口七葉蘭柴燒烤雞，再喝一點茶，豐富了口中的層次。



出力釀的經典作品——牽手酒。



出力釀主理人——阿詮。

中途穿插以紅烏龍茶發酵製成的康普茶，輕盈的氣泡感，與口味厚重的肉類一起享用，清爽又解膩。

除了紅烏龍茶與餐食相得益彰的驚喜，還能吃到用「香」氣十足的紅烏龍茶所料理「臭」豆腐，誕生最衝突的美味。

### 三、茶蜜香 × 米香甜點，可遇不可求的契合

壓軸出場的頂級紅烏龍茶款——紅烏龍合作社的「日中」，由製茶師從廣大的茶區中，仔細挑出小綠葉蟬著涎的珍貴葉片，再以細緻的製茶工藝，引出沁人心扉的天然蜜香。高雅風味搭配細緻的創意甜點——關山米三重奏，茶湯與甜品在舌尖上化開，柔和細緻的滋味，令人回味再三。

Paring 的概念並非西餐獨享，也並非只限於酒。透過「琥珀。食光」

飲酒過量 有害健康



的演繹，食客可以深刻感受到不同茶品與餐食的相輔相成，這樣美好的經驗也提升了消費者對於臺東紅烏龍的價值感認知。

#### 肆、地酒搭餐，文化窗口：酒食都蘭 Just 'Etolan

「酒食都蘭 Just 'Etolan」由出力釀舉辦，強調「成人限定」、「酒鬼限定」與「都蘭限定」，主題環繞在「都蘭地酒——出力釀糯米酒」與「當代阿美族酒食文化」的展現，餐食內容包含酒麴藥草與酒粕入菜及創意調酒，同時餐桌上也展現豐沛的阿美族飲食內涵，例如野菜文化與石頭火鍋，還能體驗製作阿美族的自然食器。利用部落常見的檳榔葉鞘，體驗親手製作成享用石頭火鍋盛器的樂趣。既體現慢食環保減塑的精神，也學習阿美族與自然互動的生活智慧與美感。



最在地的「美式」風味——會爬的牛。

#### 一、Super 都蘭的「美式」餐桌

來自太平洋冰箱的新鮮漁獲，融入酒麴植物與酒粕的特色料理；野菜與海濱食材的運用展現阿美族珍貴的採集知識。就地取材，隨遇而安，領受大自然餽贈的阿美族傳統飲食文化精神，則透過特色石頭火鍋傳遞；這些其他地方吃不到的獨特風味，都在「酒食都蘭 Just 'Etolan」的餐桌上，是認識都蘭阿美文化的絕佳窗口。

#### 二、地酒佐餐，喝盡都蘭風土

席間以出力釀即將絕版的牽手酒佐餐，並且能搶先喝到111年尚未上市的陶甕版限定酒款。至於什麼是最部落的味道？讓出力釀用檳榔調酒回答你。熟悉卻又意想不到的味道在味蕾展開，讓人驚喜連連，也瞭解檳榔在原住民文化慶典習俗不可或缺的角色。

如同都蘭歌手 Suming 所說「文化需要一個可以被認識的窗口」，在「酒食都蘭 Just 'Etolan」的餐桌上，我們終於有機會聽著在地人說著自己的故事，飲著地方採集的藥草釀的酒，嚐著在地食材製成的佳餚，享盡都蘭風土。

#### 伍、家傳食譜，人生故事——牽手宴

莊玲宜（莊姐）和呂增興（呂大哥）夫妻「牽手」一生，打造了宜興

酒後不開車  安全有保障





1 2  
3 |

1. 宜興園的靈魂人物——莊姊和呂大哥。
2. 莊姊的家傳料理——老薑雞飯。
3. 在宜興園精心整理的庭園，享用延平在地美味。

園民宿。在群山環繞的庭園中，用家傳三代的美味，邀請旅人們回家吃飯，享用取材延平在地的閩式家傳美味。餐桌上的靈魂人物莊姐，擅長運用當地小農與自家種植的無毒食材，融合閩南家傳的飲食特色，透過精湛

廚藝，成為串連風土文化、生產者、食物與旅人的「牽手」。

### 一、牽手家族記憶，展現舌尖上的老臺東

用一碗柴火燉煮的熱湯，為初來乍到的旅人們暖胃與放鬆身心；傳承三代的經典菜「老薑雞飯」，是莊姐的父親在冬日常為孩子做的暖身料理；耗時慢火細燉的「家傳豬腳」，留香在口齒上的，是家的滋味；「炸旗魚排」復刻自呂大哥家族經營、70



飲酒過量 有害健康



年代臺東最紅便當專賣店——「有生飯店」的招牌菜；最後隨著紅蔥頭與肉燥的香氣在嘴中化開，那是宜興園老熟客們朝思暮想的手工綠豆椪。

用一頓飯，分享臺東人的生活脈絡，為旅人重現充滿人情的味覺記憶。

## 二、牽手在地風土，創造家常外的獨特風味

取材自延平在地，除了拿手的家常料理，莊姐也善用當地的特色食材，創造出家常以外的獨特風味。部落常見的刺蔥、馬告、紅藜與小米酒；傳統植物黃荊；以及當地社區生產的苦茶油，都在莊姐的巧手中，化作餐點中畫龍點睛的元素。

## 陸、結語

4組餐桌的實踐讓我們看見，大地餐桌遠遠不只是室外餐會。場域上，消弭既有餐廳圍牆，創造最貼近臺東風土的飲食地景。料理上，善用在地當令食材，展現萬物糧倉的物產特色。生態上，採用友善生態的生產與烹煮方式、工具、食器，支持環境永續。人情上，傳遞臺東農漁牧知識經驗、家族飲食記憶、地方生活文化。體驗上，創造完整的飲食敘事，形成涵蓋五感與心靈的全面體驗。精



心的安排與設計，使得每場大地餐桌都是一場值得專程赴往的盛宴，留下旅客對臺東的美好記憶與經驗。

而112年的培訓也正在如火如荼進行中，入選的3組團隊背景專長各異，發展出極具特色的企劃。例如好時果子團隊主力在釋迦與鳳梨生產，推出親子一起體驗的「挽果子同樂會」。睿良餐廳與源緣園農場合作，企劃「睿智良慧風土盛宴」，以法餐呈現薈萃了整個臺東的田園饗宴。浮定咖啡選址在成功的海濱民宿，飽覽夏夜海景。主題「月光海野火煙食饗宴」，重現阿美特色煙燻火烤料理，並體驗阿美族採集、漁獵文化。

9月起，本年度各組大地餐桌培訓團隊的示範場將陸續開展，屆時會有如何精彩的呈現並豐富臺東大地餐桌的多元內涵？值得期待！

酒後不開車  安全有保障