

體驗阿美部落美食遊程

歡迎造訪臺東縣長濱鄉永福社區

●文 / 圖 吳菁菁



永福社區提供的原味簡餐，使用在地食材呈現原住民風味。

地居民的生活是近來相當風行的旅遊方式，本篇報導將帶領大家認識長濱鄉永福社區近來對外致力發展的農村體驗活動及在地文化美食。

永福社區是個位於東海岸的阿美族部落，阿美語稱之為”慕樂諾斯 (Mornos)”，意指初生的草與牙齒，並有年輕女子烏黑亮麗頭髮的意思。這一個只有不到 100 位居民的小部落平均年齡在 60 歲以上。現在的永福社區發展協會執行長，李登庸先生於 2008 年與妻子在因緣際會之下，從臺北遷至永福社區。李執行長雖是個初來到此的漢人，但與部落內的年邁長老們因著同樣想為環境及後代盡心力而有了共鳴，開始在社區內推行自然農法。社區發展協會的理事長邱金枝先生及蔡利木先生也深受此信念感動，首先義務提供自己的土地開始共同參與農作，社區的有機菜園就這樣誕生了。

除了發展自然農法外，永福社區也致力推展部落生活體驗的深度小旅行。執行長強調，為結合社區發展中力行的有機農業，永福社區的飲食文化融入了”在地食材”及”文化食材”兩個面向。社區目前提供的體驗活動類型相當多元，遊

客可自己動手做都崙 (dulun，阿美族傳統小米美食)、製作傳統海鹽、採收藤心箭筍等野菜，或是直接跟隨農家進行農事體驗。來到部落內體驗的遊客，都可預約品嚐豐美的原味餐點，餐點中的菜色包括了阿美族傳統飯團、飛魚乾、各種時令野菜、水果及費時熬煮的青草涼茶，份量恰好好處且營養健康，若再佐以一份同樣是利用在地材料製作的手工麵包，更是令人沉浸在濃濃幸福的飽足感中。值得一提的是，這份原味餐點所有的擺盤餐具都使用可再利用的當地材料製作而成，拿著部落族人手削的竹筷及竹筒湯匙，淺嘗一口放在荷葉及石盤陶碗中的料理，更能體驗到早期阿美族人的飲食文化。



遊客可跟隨部落長老親手製作餐具

永福社區這樣的農村文化生活及旅遊體驗方式，值得推薦給大家來深深品味！預約部落美食遊程窗口：永福社區發展協會執行長李登庸先生：089-832787；0930-710512。



李登庸執行長為遊客進行解說導覽（以上圖片由李登庸先生提供）