

# 到九份山上 神仙的窩坐坐!



「神仙的窩」是瑞芳地區農會輔導成立的田媽媽教室，正積極推廣瑞芳地區農特產品——神仙的食物：山藥。

文圖／林詩音

協助單位／台北縣瑞芳鎮農會

還記得侯孝賢導演的悲情城市嗎？台灣東北角，台北縣瑞芳鎮邊的丘陵裡，依山面海、敦厚古樸的山城，相傳古早在陸路尚未通達時，一切物資均由海路供給，當時村落中只有9戶人家，採購皆以「九份」為單位，久而久之，人們便以此命名。

九份除了好山好水、好吃好玩之外，去年6月開始，在九份山城的最高點，又多了一個由瑞芳鎮農會輔導成立的好客處——「神仙的窩」，從星期一到星期天，天天敞開大門，等著陪您一起瞭望瑞濱港、基

隆嶼，欣賞九份的晨昏變化與美麗，品嚐瑞芳鎮可口農特產品—山藥大餐，期盼在九份山居的短暫世界裏，陪您一起聊天聊地。

## 山藥養生似神仙

「神仙的窩」是瑞芳地區農會輔導成立的田媽媽教室，正積極推廣瑞芳地區農特產品——神仙的食物：山藥。

山藥是近幾年坊間流傳的自然抗老化尖兵，在超市或是各種宣傳媒體上，養身食品山藥標誌不斷出現，它的形狀有點像是甘藷，又有點像是牛蒡，又比甘藷粗了點，長了點，俗名「淮山藥」，古書記載：「山藥能補中益氣，長肌肉，使人耳聰明目。」更有人這麼一說：「山藥是給先人吃來保長壽的。」瑞芳地區農會的家政指導員汪志靜笑笑地說。

九份山裡最特別的「神仙飯養生湯套餐」中包含二樣佳餚，一為神仙蓋飯：將山藥去皮磨成糊狀，加一顆生雞蛋，淋些醬油，與熱騰騰的白米飯混著吃，口感滑順；二為山藥養生湯，混著枸杞、當歸等中藥，熬燉雞肉數個鐘頭，熬出來的湯頭，光是用聞的就直讓人想品嚐美味！

除了「神仙飯養生湯套餐」外，由農會自行研發出來的山藥果凍、山藥水果冰、山藥麻糬、山藥粿、山藥雪蓮冰等，都是各位前往九份山上的新選擇。汪指導員笑笑的說：「未來我們希望朝向農會單一包裝的行銷體制進行推廣，希望有行銷專家輔導我們，也希望有行銷人員加入瑞



瑞芳田媽媽—神仙的窩店門口。



山藥枸杞饅頭。



山藥麻糬。

芳田媽媽的工作團隊，將山藥農特產品上架於台灣各大賣場展售，也希望可以由田媽媽教室供應瑞芳地區學校的小朋友午餐。」汪姐說，目前九份幾家品茶店裡頭，就有賣田媽媽出產的山藥麻糬，而且山藥糕與西點糕餅店也期望可以儘速結合，提供瑞芳農會轉型的契機。

## 產業發展求永續

8個多月的經營，才剛踏入啓蒙的商場運作，連月來週末假日商場上的推廣業務，讓瑞芳地區農會推廣股裡的4個人，除了努力還是努力。

值得一提的是，瑞芳地區農會的田媽媽雖與台灣其他地區田媽媽成員組成模式相同，皆以農會家政班的班員為主，目前僅一個班，大約10人左右的組合，但大多數都已擁有丙級廚師執照。今年過年時，從60~70桌到120桌的山藥農產品辦桌，這群瑞芳田媽媽們照單全收，一心一意只想不斷推廣山藥餐，而且，汪姐每場田媽媽辦桌都一定跟著出動，一心期望田媽媽組織能快速長大。

因著基層農會執行面的壓力，汪姐一直不斷思考往後田媽媽經營的方向。起初透過改良場輔導種植山藥，但拗不過台灣農村文化的習性，一經推廣，北中南東各地一起改種，一下子，喪失了地方產業的獨特性，農民的生活更加困難；瑞芳原生種的山藥相對也失去了競爭力，很難拉開市場差價。所以，如何讓瑞芳山藥農及農婦們生存下去、推廣山藥養生功能、提高

山藥農民收益、協助家政班員二度就業等問題，汪姐及農會幹部們總不斷的思索著。

九份山上「神仙的窩」店面，一個月3萬5千元的租金，目前由農會支付，但也就是因為這股壓力，汪姐希望可以藉機強化田媽媽組織功能。由農會支持聘任的「神仙的窩」工作人員，儘管流動率大，按著魚幫水、水幫魚的共生原則，「神仙的窩」正努力活出自己的路。今年，除了田媽媽教室的持續推廣目標外，「伴手禮」也是計畫的重點，期望可以針對瑞芳特有的山藥農特產品，研發山藥農特產伴手禮，創造新農特產品，促進當地產業經濟。

## 好山好水好美味

採訪時，剛出爐的田媽媽手工山藥枸杞饅頭，一整籠熱呼呼的金黃色饅頭，吸引來來往往人潮的駐留，黃色的外表是因為添加枸杞的緣故，強調天然食品元素的神仙的窩，對各種食品的品質管理皆嚴格地把關著。採訪當天，下著忽大忽小的雨，在熱呼呼的蒸籠旁，享受著自然養生膳食，真是不錯。

休閒旅遊、好山好水及農特產品三合為一的「神仙的窩」，有空去走走吧！[圖](#)

### 瑞芳地區農會山藥專賣店

田媽媽——**神仙的窩**

訂購電話：02-2496-5363

地址：瑞芳鎮基山街144號(九份山上)



山藥果凍。



神仙山藥蓋飯與山藥湯。