

不打廣告 只靠口碑

苑裡的「紅芭樂鄉土料理」 全台灣只此一家



撰文・攝影／陳乙貞

苑裡曾有一句古語：

「重女不重男，種草不種米。」

因為苑裡的蘭草編織曾名噪一時；

今日的苑裡，外號「苗栗穀倉」，

出產著名的山水米，還有全台灣僅有的紅芭樂。

還好有這對合作無間的佳偶，我們才
吃的到紅芭樂鄉土料理。

灘，後有形
如火焰的火
炎山，來到
苑裡可以一
口氣遊遍山
水。

米」。這全因苑裡的蘭草編織曾名
噪一時，甚至揚名海外，而有個
會編蘭草的女兒，就可以養活一
家人。

今日的苑裡鎮上，仍留有不少
古蹟。建於清朝乾隆26年的慈
和宮，宮內一專一瓦皆是來自唐
山的古物，連裡面的桌椅也是；
建廟已有300年歷史的順天宮，是
縱貫鐵路線上最古老的媽祖廟。

今日的苑裡，外號「苗栗穀
倉」，出產著名的山水米，從去年
起，苑裡鎮每年都有稻田彩繪
祭；綠稻做底，紫稻彩繪，紫綠
相間繪出「苑裡」兩字，隨著稻
浪起伏，熱情歡迎遠來近鄰。從
去年起，苑裡農會每年都舉辦荷
葉荷田田之旅，期待將來能在

紅芭樂果園，16年前全台約
300萬公頃，如今全台罕見，只
剩苑裡鎮「夏威夷紅芭樂觀光休
閒農園」有1公頃。去年起，農
園主人請紅芭樂晉身桌上料理，
既是台灣唯一，更招來饗宴人
潮。

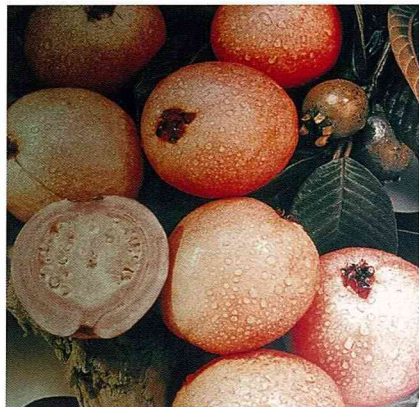
紅芭樂果實嬌嫩，香氣獨
特。紅芭樂肉質綿細，含鐵質能
補血，也含維他命C、單寧，能
起消炎作用。紅芭樂，甜度在12
度以上，適合在溫差大的環境生
長，葉是紫紅，花也紫紅，果實
更是由內紅到外喜氣洋洋。這樣
漂亮、營養又美味的水果，為何
台灣果農選擇放棄？

「夏威夷紅芭樂觀光休閒農
園」位於苗栗縣苑裡鎮內。苑裡
鎮是台灣西部鐵路海線上的一座
河口古城。古意盎然的苑裡，臨
海靠山，前有綿延4公里的海

踏入苑裡古鎮，可以漫步古
厝間，體驗古早農村的古樸風
情；走到海邊，登上岸邊海堤，
聽濤觀浪，欣賞落日晚霞；時間
允許，順道走一趟台灣最早設立
的白鷺鷥保護區，幸運的話，就
能看到白鳥遮天的景象；還有時
間的話，可以回頭內走，只要駛
過稻浪起伏的平原，就能鑽入火
炎山的懷裡，擁抱台灣赤松。

苑裡舊稱「房裡」，曾有
「蓬山古城」之稱，是苗栗地區
最早開發的城鎮，前清時代與北
斗並列全台兩大染布中心，是苗
栗區的樟腦集中站，並設有鹽
館。光緒2年，苑裡城遭逢大
火，諸多房舍毀於祝融，人口隨
之外移。

苑裡的閨女曾是全台灣聘金
最高的新娘。苑裡曾有一句古語
曰：「重女不重男，種草不種



原產於夏威夷的紅芭樂。



金銀燒雞。

「北觀音、南白河」中，再加個「中苑裡」。

苑裡農會推廣股的陳茂松，負責推動苑裡的休閒農業，他表示，苑裡因為民宿地點較少，今年農會的推廣重點是「苑裡一日遊」，規劃了5個重點行程：荷田、蘭草班、炎山農場、紅芭樂、香草植物園。

陳茂松表示，今年5-7月，苑裡農會將舉辦稻田彩繪和荷花荷田田的活動，展現農會輔導農民栽種水稻和蓮花的成果。屆時來苑裡的朋友，將看到綠色的稻田裡，出現紫色稻子拼寫成的「歡迎到苑裡」英文字樣，也會看到蘭草做成波浪，蓮花排坐中間，呈現月亮、太陽同昇的畫面，光是用想像的就覺得好美。

來到苑裡，親水、遊山、賞古厝、享受農會精心端上的休閒節目，當然也要嚐嚐台灣僅有的



現炒山蘇。

紅芭樂料理。

從善如流 埋頭苦幹

大約17年前，台灣興起一股栽種紅芭樂的風潮，果農紛紛從夏威夷引進紅芭樂種苗。3年後，紅芭樂開始著果，但果農卻紛紛砍株，原因是發現它的果實太小，品質難以控制，而且「著果」率只有一、兩成。

夏威夷紅芭樂農園的主人嚴紹唐，原非果農，16年前因朋友覺得雜誌上介紹的紅芭樂很漂亮，於是建議他栽種，他從善如流。嚴紹唐跟大家一樣，也在種了兩、三年後發現「著果」欠佳，開始煩惱紅芭樂的去留，但是在作決定之前，他認為有必要先了解全盤狀況比較好，於是他花了3天時間全省走透透，自己作全台產地大調查。

他首先請全台灣的種苗業者提供最初的售苗清單，從收集到的清單上估計有40萬株紅芭樂種苗。然後，嚴紹唐開著租來的車子，從南部、東部、北部一路駛回苑裡，沿途看不到紅芭樂樹，只看到砍除的殘株。原來，內行人一發現「著果」率不行，第二、三年就開始處理



紫蘇白蝦。

掉了。

回到苑裡之後，嚴紹唐決定「不砍樹了」，繼續努力！他認為剛開始栽種的時候，最大的煩惱是銷售量，無法專心研究品質的掌控，使得果肉品質時好時壞，如今既然台灣只剩自己有紅芭樂果園，銷售量自然不成問題，傷腦筋的只是如何改進果實品質。

十餘年來，嚴紹唐、王麗華夫婦不斷研究改良，除草、除蟲、施用有機肥、套袋都自己來，如今夏威夷紅芭樂的著果率已提升至六成左右，今年更有延長採收期的重大突破。

紅芭樂的採收期原是10月到翌年2月，但今年的採收期已經提前到中秋。屆時，愛好此味的的朋友，只要上網採購，「宅急便」就可以為您送到家門口。

問起為何有開設餐廳的想法，嚴紹唐回憶說，以前紅芭樂的次級品都是丟棄，朋友看了覺得可惜，建議他用來釀酒，這回，他依然從善如流。釀好酒後又因打廣告困難，乾脆辦桌請朋友來吃飯品酒，辦了幾次桌後反應奇佳，於是乾脆開家餐廳。本來籌劃開的是休閒烤肉餐廳，連烤肉桌都定做好了，最後卻改成了鄉土料理館，實在是無心插柳柳成蔭。因客人越來越多，實在忙不過來，聽朋友的建議，從台北的大飯店請來一位專攻北投料



在株紅，紅芭樂，今年產期已提前到中秋。



芭樂心燉土雞。



石蓮花沙拉。



滿屋清雅的竹子。

理的師傅—吳照智來掌廚。

一見美味 入口懷念

紅芭樂餐廳裡的鄉土料理，是結合老闆的構思和吳師傅的手藝而成，每道菜都融合了嚴紹唐夫婦對鄉土口味的堅持，和吳師傅在料理變化上的巧思。每當老闆夫婦有了新料理的想法便和師傅開會商量，師傅端出成品後再一起試吃評鑑，口味如果不夠鄉土、細膩，再試一次；外觀如果不夠精緻美麗，再接再厲。總要讓端到客人眼前的菜餚是：一見美味，入口懷念。

紅芭樂的料理食材大多來自大甲、自家的菜園和香草栽培區，例如山蘇和迷迭香，店裡的土雞更是來自嚴老闆母親的雞園。紅芭樂餐廳是以紅磚砌成，搭配整牆整牆的桂竹，一踏進餐廳裡，便給人悠閒雅緻的農村氣息，甚至連窗子也是古意的桂竹推窗。餐廳後頭，種有一大片的紅芭樂樹，客人等候的空檔，可以先到果園裡吸收芬多精。

紅芭樂料理沒有制式菜單，常常更換，端看季節出菜，因為一切以新鮮為原則。來客如果沒有事先預定，請點選餐廳白板上寫的20多道菜餚，山蘇、石蓮花和土雞料理一定有。想品嚐特殊又美味的鄉土料理，如芭樂心燉雞、鄉村南瓜飯、青木瓜燉排

骨，請記得事先預約，因為這些料理的籌備時間至少要2小時。

芭樂心燉雞是嚴老闆自己的創意，因芭樂嫩葉含纖維質、蛋白質、單寧酸、鈣、磷、鐵、鉀、多酚類、黃鹼類、維生素A、B2、C等成份，能幫助體內葡萄糖代謝正常，也能幫助體內脂肪代謝正常。老闆想說既然它對身體這麼好，於是想到用自己種的芭樂葉來燉嚴媽媽養的土雞，再加上師傅的巧手藝，於是有了這道必須燉煮3小時以上，入口香甜又養身的芭樂心燉雞。

通常瓜類鑲菜是做成湯品，但紅芭樂的鄉村南瓜飯卻是瓜中鑲米，先將南瓜肉挖出，配以糯米、蝦仁、香菇、肉絲、油蔥頭炒香，再填回瓜中蒸煮，入口既香又Q，有點像油飯但味道更棒。這道料理一樣是老闆想出點子，師傅研發作法；師傅表示會選擇糯米的原因，是農家愛吃米飯，尤其是糯米飯。

青木瓜燉排骨，青木瓜具有豐胸的功能，是這幾年才流傳開來，但老一輩人早知它有這項功能，更知它能促進母乳分泌，舊時農婦坐月子時如果母乳不足又無錢進補，常是一道悶炒青木瓜絲就能解決。為了加強豐胸效果，添加了圓胖花生，為了增添脂味脂香，又添加了上好排骨，又因青木瓜必須熬煮2小時以上

才能滋味盡出，香氣四溢入口即化，所以懇請來客提早預約。

紫蘇白蝦裡的紫蘇，採自山上的野生紫蘇，先經日曬再伴白蝦入籠蒸煮，這肯定是一道創意菜，因為全台灣可能只有紅芭樂才有。師傅表示，紫蘇和海鮮有相得益彰的效果，所以港式料理常有紫蘇清蒸大閘蟹，卻未見紫蘇搭配鮮蝦的料理，他試作後發現紫蘇蒸過的蝦肉，除了入口有淡淡紫蘇香外，蝦肉的口感更加鮮甜，於是推出這道料理。

白斬雞是農村料理的桌上常客，也是要品嚐土雞香甜原味的傳統作法。師傅表示，土雞白斬上桌顯得單調，於是決定將土雞分兩次處理，先是全雞煮熟，再一邊白斬，一邊炸成金黃色，於是拼成了一雞兩味的金銀燒雞。

紅芭樂餐廳開設一年多來，沒打廣告，僅靠農會的推廣與舊雨新知的口碑相傳，如今假日經常客滿，平日也有五成以上的客人。嚴老闆表示，吸引客人的秘訣就在菜色精緻、口味鄉土，而且價錢非常公道。

來到苑裡，別忘了來一趟紅芭樂之旅，享受嚴老闆夫婦的熱情，看看園裡的大片紅芭樂樹，更別忘了先電話預定餐廳特有的鄉土料理，尤其是芭樂心燉雞。

※夏威夷紅芭樂休閒農場
037-741 919