

山海交融 農漁豐饒

田園香美食坊 頭城飄香



田媽媽與宜蘭縣農會推廣課長許阿淑、頭城鎮農會家政指導員藍錦能合影

文圖／林妙娟

矗立宜蘭外海的龜山島，被視為蘭陽平原的守護神，不僅是宜蘭縣民共同信仰的圖騰，也是宜蘭縣的地標之一，而龜山島所在海域則屬頭城鎮，在龜山島闢設藍色公路、發展海洋觀光後，頭城鎮成為前進龜山島的「跳板」，湧進一波波的旅遊人潮，也改變了小鎮原有的風貌。

淳樸鄉鎮 建構新風貌

宜蘭縣頭城鎮是典型的農業鄉鎮，由於水源豐沛，生產水稻、金桔、桶柑、芭樂及蔬菜等農產，且因臨近海洋，海岸線又長，海產豐富多樣，呈現出富饒的城鄉意象，但無論從事農業或漁業，頭城居民仍過著純樸的鄉間生活。

頭城鎮也是宜蘭縣最靠近台北地區的鄉鎮，受到都會生活步伐快速的影響，小鎮也有日漸繁華的趨勢，讓多年前曾到過頭城的人感受「變化很多，覺得陌生感，好像走錯地方」。

田園食坊 創造第二春

由於頭城鎮擁有豐富、新鮮的農、漁產，並具備發展休閒、旅遊、餐飲等觀光優勢條件，因此行政院農業委員會、花蓮區農業改良場輔導，宜蘭縣政府、縣農會及頭城鎮農會輔導成立田媽媽料理班「田園香美食坊」，吸引遊客前來，並創造農村婦女就業的第二春。

成立田媽媽料理班，來自頭城鎮農會家政指導員藍錦能的構想。多年來，她指導頭城鎮農村婦女學習烹調技能，並輔導考取相關技術士證照，如中餐烹調、烘焙食品、中式麵食加工、半食加工等，除了丙級，甚至多位已取得乙級證照，具備創業的條件，於是在農會支持下輔導成立。

藍錦能表示，成立田媽媽料理班，農會總幹事及推廣股長的支持是主要動力，由於他們重視農民福利，希望為農民開創就業或副業機會，增加農民收入、改善農家生計。



田園香美食坊的田媽媽製作的精緻美食



獲獎作品之一「深藏不露」



這道「金饌百珍」中，金棗與洛神花的加工，也出自田媽媽之手

首度出擊 即創下佳績

田園香美食坊由班長曹余麗月等6位婦女組成，93年由農會輔導成立，當年9月開始運作，適逢東北角風景區管理處舉辦「管芒花季」活動，田媽媽們先於班場製備餐點，再移至活動現場所設攤位販賣，營業期間為9-11月，短短3個月，田媽媽們忙得不亦樂乎，也創下佳績。

緊接著，行政院農業委員會花蓮區農業改良場於當年12月舉辦地方料理競賽，宜蘭縣農會推廣課長許阿淑鼓勵班員報名參加，指導員藍錦能毫不猶豫地報名並帶領田媽媽們加強練習，在名師何老師的指導下，幾經討論、試作，反覆練習，直到大家皆滿意才歌手待戰。

地方料理 競賽第一名

由於每位成員的認真、用心，更重要的是平日養成的合作無間，默契十足的工作態度，以及抓住競賽要求「地方農特產品」、「低脂、低糖、低鹽高纖維」、「均衡營養」等烹調原則，終於獲得肯定，榮獲花蓮區地方料理競賽第一名。

得獎作品主要以頭城特產金棗、魷仔魚及蔬果入菜，烹調出「鳳彩飄香」、「黃金海岸」、「翡翠蝦球盅」、「金饌百珍」、「海之頌」、「深藏不露」、「芋香夢田」等菜式，包括五菜一湯一甜點，其中「翡翠蝦球盅」並獲得創意獎。

應景貢品 年節受理訂製

班長曹余麗月是田媽媽料理班的靈魂人物，她表示，目前美食坊的產品主要為運用當地農特產品所製作，包括壽司、麻糬、糕點、西點、滷味等，以雞尾酒會、自助餐或野外餐



田園香美食坊承辦的雞尾酒會餐點

盒等方式供應，訂購對象以機關、團體為主，年節並接受訂單，製作年節祭拜貢品，如清明節的艾草粿、端午節的粽子、中秋節的金棗月餅、下元節（舊曆10月15日）祭拜三界公的紅龜粿等。

由於以服務、回饋鄉親為宗旨，因此田園香美食坊的訂價並不高，以郊遊餐盒為例，1盒售價為50元至80元間，雞尾酒會1人份餐飲為100元至250元之間，利潤相對較薄，但田媽媽們並不以為意。

打響名號 田媽媽料理班

雖然經營田園香美食坊並非高獲利的行業，酬勞也少，但六位成員一致認為，參與田媽媽料理班既可一面實作、一面研發，滿意作品賣出則可貼補家用，又可藉機提升製作技術及腦力激盪，一舉兩得，更重要的是，希望有一天將副業轉型為正業經營，並打響「田園香美食坊」田媽媽料理班的名號。

一位嫁至台北、返鄉探親的婦人也來到田園香美食坊，她說，頭城變得太快了，感覺有點生疏，有點不適應！同時也發現頭城已非想像中的保守的農村景象，眼前所見識的精緻美食，更令人無法想像是農村婦女研發製作的料理。

農業鄉鎮逐漸轉變，固然與發展觀光、旅遊人潮湧進有密切關係，而農村婦女走出家庭，不僅自行創業，也參與社會服務工作，更是農村變化過程的關鍵角色。 □

田園香美食坊

訂購專線：(03)9774778

傳 真：(03)9772878

聯絡人：曹余麗月·游雪玉



榮獲93年花蓮區地方料理競賽第一名，田媽媽與作品合影