



序



為推廣原住民族飲食文化特色，帶動區域樂活農業發展，本場於 112 年 9 月 27 日假財團法人東區職業訓練中心舉辦「臺東原鄉部落創意風味餐競賽」活動，規劃以「小米」為主題食材，連結部落故事元素與在地農業遊程，期望為臺東部落產業注入創新活力，創造農業生態旅遊的多元價值。

聯合國農糧組織 FAO (Food and Agriculture Organization) 將 2023 年訂為「國際小米年 (International Year of Millets, IYM)」，目的為呼籲各國重視小米並因應氣候變遷衝擊的潛力糧食作物，提升對小米營養和健康的關注。有鑑於響應此一議題，本場特辦理「臺東原鄉部落創意風味餐競賽」活動。本次競賽指定參賽者以小米及搭配其它原民在地傳統食材，製作 1 道主食、1 道招牌菜、2 種配菜與 1 湯及 1 飲品，打造富涵臺東原住民特色與符合議題的部落創意風味餐點。參賽者須 2 小時內完成製作，相當具有挑戰性。競賽共計 10 組選手報名，包括 Qapulu 咖啡餐坊、部落沃客工作室、卜拉米喇响小棧、小米學堂、龍 a 商店、啾姑姑工作坊、走一趟布農孩子的遊樂場外，還有米國學校田媽媽餐廳、池農田媽媽養生美食餐坊及慶豐部落新興家政班等烹飪高手同場競技，也完成 10 組色、香、味俱足的風味餐料理。

本次活動結合創意、故事性與在地性等元素，展現臺東多元族群文化及參賽者無限創意的烹飪技巧，有助於提升國內民眾對於小米營養價值的認識，而藉由創意巧思激盪下的部落創意風味餐，相信更可助益業者對於菜色獨特性豐富度，擴增遊客用餐選擇。本書將得獎作品彙編成冊，提供各休閒農場、民宿、餐飲業者及消費者參考，期望能更廣泛地推廣與應用臺東原鄉部落傳統食材，透過小米為主題的食譜，讓各界看見臺東在永續發展議題方面的實踐與成果。

農 業 部
臺東區農業改良場

場長 陳信言 謹識
113 年 1 月

目錄

序01

緣起04

太麻里鄉「Qapulu 咖啡餐坊」<<Qapulu(根) 的饗宴>>06

野蔬小米起司飯球、東岸鬼頭刀佐奶油刺蔥醬08

野蔬淋洛神柚香和風醬、海菜樹豆蛋捲10

煙燻飛魚南瓜濃湯、小米酒氣泡飲12

卑南鄉「部落沃客工作室」<< 加那個更好吃>>14

原式刺蔥佛卡夏、小米雞肉捲16

馬告拌野蔬、東岸海草羹18

刺蔥樹豆排骨湯、龍鳳水果茶20

金峰鄉「卜拉米喇响小棧」<< 精實原味餐>>22

原味手拿飯、野菜山苦瓜佐小米醬24

鳥不踏炒蛋、薑黃肉26

原味勇士湯、愛洛咪飲品28

池上鄉「新興家政班 - 慶豐部落」<< 部落很忙>>30

勇士要吃飽、臺式飛魚32

豆皮野菜捲、木鼈果用炒的34

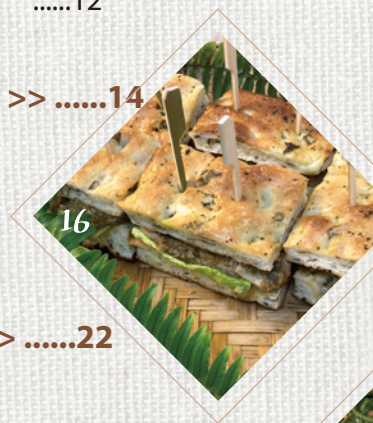
FAYI 的回憶湯、小米哇哈36

關山鎮「米國學校田媽媽餐廳」<< 品小米憶原鄉>>38

小米糕、酒釀梅干扣肉40

刺蔥蛋捲、飛魚水蓮42

半天筍排骨湯、冰玫瑰小米蘇打44



池上鄉「池農田媽媽養生美食餐坊」<< 池農田媽媽情懷料理 >>46

小米珍珠丸、鹹豬肉菜脯豆包鬆48

洛神鯛魚片、麻油薑拌野菜50

木鱉果香菇雞湯、海米芬52

52

延平鄉「走一趟布農孩子的遊樂場」<< 大自然交響曲 >>54

樹豆小米野菜飯、相逢56

馬告炒菇、水蛋捲58

刺蔥蔬菜湯、小米西米露60

56

達仁鄉「啾姑姑工作坊」<< 不只是搖搖小米美食套餐 >>62

qinaluwan(小米南瓜肉圓)、洛神花蜜雞排64

藜蔬沙拉、刺蔥烤五花66

樹豆鯛魚濃湯、洛神枸杞茶68

66

太麻里鄉「龍 a 商店」<<VUVU 的田野午膳 >>70

小米 / 糯米飯糰、刺蔥雞72

小米春捲、長豆沙拉74

南瓜豆腐湯、臺東藍釋迦情76

72

金峰鄉「小米學堂」<< 藜不開米 >>78

米堡堡、小米釀醉雞80

比尼撈、小米苦瓜封82

南瓜小米海鮮濃湯、小米 QQ 牛奶84

80

2023 臺東原鄉部落創意風味餐競賽名次86



緣起

近年來，臺東興起部落農業旅遊風潮，農遊業者積極將食材旅行規劃為農業旅遊的主題，例如特色食材小米、紅藜、樹豆、洛神葵等，讓遊客透過親自拜訪方式，品嚐部落小農所生產的食材及精心烹製的創意餐點，真實體驗部落傳統農耕知識與飲食文化的魅力。這些創意料理不僅代表美食上的饗宴，也是人與土地間深厚情感的連結，將部落特色食材所散發的濃厚土地氣息呈現於美食中，帶領遊客進入一場身、心、味覺的感官旅程。遊客透過參與及體驗，不僅味蕾能享受道地的部落料理，也能領略臺東這片土地獨特生命力和豐富的文化底蘊。

本場為因應 2023 國際小米年，特別辦理「臺東原鄉部落創意風味餐競賽」活動，並將小米列為主要食材。小米為臺東原住民族重要主食及特色雜糧作物，不僅擁有多元豐富的地方品系，更是珍貴的文化資源，在許多歲時祭儀中，扮演著重要角色，亦為祭典中的神聖物品，與原住民族的生活緊密相連。小米經過脫粒精白後，可被運用於烹飪飯菜、煮粥、釀酒、製醋、製糖、糕餅點心等用途，如排灣族傳統美食祈納福（Cinavu）即極具特色。而小米的營養價值高於一般穀類，含有維生素 A、B1、B2、B6、B12 和 E 等，以及少量的硒素，長期食用有助於健康維護，被視為極具營養價值的穀物食材。本場藉由料理競賽，希望鼓勵業者多多運用小米及其他特色食材，透過美食餐點烹調，行銷臺東樂活產業，進而帶動區域休閒農業發展。

在此特別感謝部落業者熱情參與「臺東原鄉部落創意風味餐競賽」活動，利用部落創意料理競賽交流機會，共同行銷與推廣優質食材，期待讓更多人認識並品味臺東的美好。





太麻里鄉

「QAPULU 咖啡餐坊」

Qapulu 在排灣族語中代表著「根」，同時象徵著生命、部落、文化，以及生活的起點。主廚杜文正歷經漫長的北漂旅程，不斷學習精進廚藝，渴望將所學技藝帶回自己的家鄉——新香蘭部落。本次餐點中，他巧妙地融合西式餐飲技巧與傳統飲食文化，以此進行發想和創新，希望藉由美食向遊客展示家鄉動人的故事，同時傳遞 Qapulu 所富含的生命意義。

☎ 電話 | 0958-250500

📍 地址 | 臺東縣金峰鄉嘉蘭村 7 鄰 407 號

🕒 營業時間 | 採預約制



煙煙飛魚
南瓜濃湯

野蔬小米
起司飯球

東岸鬼頭刀
佐奶油刺蔥醬



海棠樹豆蛋捲



小米酒氣泡飲



QAPULU(根)的鄉食宴

野蔬淋洛神
柚香和風醬





野蔬小米起司飯球

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
白米		150	公克
小米		40	公克
龍葵		30	公克
山萵苣		20	公克
刺蔥		10	公克
起司絲、麵包粉		適量	

◆ 製作方法

01. 將龍葵、山萵苣、刺蔥洗淨後，加入 1,320 毫升水煮開，水滾後轉小火繼續熬煮至水呈現淡綠色後，再放入洗淨後的白米及小米，先用中火將米煮滾後，再轉小火繼續熬煮至黏稠狀，過程中需不斷攪拌，避免黏鍋。因此這道料理排灣族又稱為搖搖飯。
02. 搖搖飯煮熟放涼，取一小湯匙份量的大小，塑形成球狀飯糰後，外表依序沾上起司絲及麵包粉。
03. 起油鍋，油溫 180℃ 將飯糰下鍋油炸至外表呈金黃色即可起鍋擺盤。

◆製作方法

01. 鬼頭刀魚排用適量馬告、蛋清、月桃椒鹽、橄欖油醃漬約4小時備用。
02. 刺蔥葉汆燙後切碎、加入動物性鮮奶油、適量橄欖油及刺蔥海鹽，用果汁機打勻作為刺蔥醬備用。
03. 醃漬後的鬼頭刀魚排下鍋乾煎，煎熟後裝盤，淋上刺蔥醬即可。

◆ 小米鹹糕製作：

小米加水煮熟後，加入雞蛋、高筋麵粉、起司絲及九層塔海鹽，攪拌均勻鋪平在烤盤上，溫度設定220℃烤20-30分鐘即可。

材	料	數	量
鬼頭刀魚排		1	片
刺蔥醬材料			
刺蔥葉		50	公克
橄欖油		適量	
動物性鮮奶油		100-120	公克
刺蔥海鹽		適量	
小米鹹糕材料			
小米		100	公克
雞蛋		1	顆
起司絲		50	公克
高筋麵粉		30	公克
九層塔海鹽		適量	

東岸鬼頭刀佐奶油刺蔥醬

◆ 單人份 ◆





野蔬淋洛神柚香和風醬

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

南瓜心	150 公克
過貓	150 公克
紅藜	50 公克
芭樂	1/6 顆
柚子果肉	少許
越南春捲皮	3-4 片
洛神原汁	50 毫升
柚子和風醬	50 毫升
月桃海鹽	適量

◆ 製作方法

01. 南瓜心、過貓洗淨後，加少許月桃海鹽汆燙，撈起備用。
02. 洛神原汁與柚子和風醬攪拌均勻。
03. 軟化後的越南春捲皮放上汆燙後的南瓜心、過貓、蒸熟的紅藜、芭樂條、柚子果肉平均擺放，捲成圓形切成段，最後淋上作法 2 醬汁即可。

材	料	數	量
海菜		50 公克	
樹豆		50 公克	
雞蛋		2 顆	
木鱉果假種皮泥		20 毫升	
永福海鹽		適量	

◆ 製作方法

01. 樹豆浸水約 1 小時後，洗淨加水煮至熟透。
02. 海菜洗淨後，汆燙撈起備用。
03. 雞蛋打勻，加入少許永福海鹽煎蛋皮，可分為原味及添加木鱉果假種皮二種口味。
04. 蛋皮放上海菜及樹豆捲起即完成。

海菜樹豆蛋捲

◆ 單人份 ◆





煙燻飛魚南瓜濃湯

◆單人份◆

材	料	數	量
煙燻飛魚		半隻	
南瓜		80 公克	
木薯		50 公克	
洋蔥		25 公克	
西芹		25 公克	
馬告海鹽		適量	
動物性鮮奶油		20 毫升	

◆製作方法

01. 飛魚魚刺剝除乾淨後，切成塊狀備用。
02. 南瓜、木薯、西芹、洋蔥切塊後，加水與飛魚一起煮熟。
03. 用果汁機將作法 2 材料連同湯汁打勻。
04. 將打勻的材料倒入鍋中，加馬告海鹽調味，用小火不斷攪拌熬煮至滾後閉火，再倒入動物性鮮奶油攪拌均勻即可。

◆ 製作方法

01. 玻璃杯依序倒入小米酒及氣泡水。
02. 將晚崙西亞果汁沿著杯緣倒入。晚崙西亞切片擺盤作裝飾即完成。

材	料	數	量
晚崙西亞果汁		1	杯
小米酒		1	杯
原味氣泡水		2	杯

◆ 單人份 ◆

小米酒氣泡飲





卑南鄉 「部落沃客工作室」

加那個更好吃！「部落沃客工作室」老闆娘來自太麻里的排灣族人，在她的記憶裡 tjanaq(刺蔥)是 ina 料理的香味來源，無論是排骨湯裡還是煎蛋裡放一些，都有畫龍點睛的效果，這回原式創意料理發想，把小米、野菜、海菜、香料都加進來，主食是使用小米與刺蔥的佛卡夏，拿手菜是一道清爽的小米雞肉捲，隨著消費者對健康與自身飲食的關注，主廚在湯品裡添加樹豆讓營養加分，飯後再來杯在地水果茶促進消化，整套風味餐載滿原民祖先的智慧與現代族人的創意。

☎ 電話 | 0960-367302

📍 地址 | 臺東縣卑南鄉溫泉村溫泉路 336 巷 42 號

🕒 營業時間 | 星期五、六、日 10:00-18:00，採預約制

📘 FB 專頁 | 部落沃客



小米雞肉捲

東岸海草羹



加那個更好吃



原式刺蔥佛卡夏

◆ 4人份 ◆

材	料	數	量
里肌肉		60	公克
刺蔥		100	公克
洋蔥		100	公克
西芹		10	公克
蔥		10	公克
蘋果		10	公克
鳳梨		10	公克
小米		50	公克
蘿蔓		適量	
高筋麵粉		500	公克
醬油膏		50	毫升
醬油		50	毫升
酵母粉		5	公克
鹽		10	公克
橄欖油		些許	

◆ 製作方法

01. 里肌肉，以刺蔥、洋蔥、西芹、蔥、蘋果、鳳梨、醬油膏及醬油，攪拌醃製 20 分鐘入味後煎熟。
02. 佛卡夏麵包製作：高筋麵粉、蒸熟的小米、酵母粉、鹽、刺蔥、水攪拌分團，分 3 次醒麵，1 次 30 分鐘，整形成四方形狀（依烤盤大小）入烤箱，溫度設定 220℃ 烤 30 分鐘。出爐後刷橄欖油，撒上少許的鹽放涼，切成 4 等分備用。
03. 小米煮熟加鹽攪拌，製成小米醬。
04. 佛卡夏麵包塗抹小米醬，中間放入里肌肉及蘿蔓，以竹籤固定即完成。

◆製作方法

01. 雞胸肉切片抹少許鹽、醬油醃製 20 分鐘。
02. 小米洗淨入蒸鍋，蒸熟備用。
03. 雞胸肉攤平後，以小米為內餡，再加上玉米筍捲起備用。
04. 將醬油、鹽、胡椒粉、雞精及太白粉水等材料充分拌勻，入鍋燒開後放入蔥末備用。
05. 雞肉捲油煎至熟，淋上調味醬即完成。

材	料	數	量
雞胸肉		700 公克	
小米		1 杯 (米杯)	
玉米筍		4 支	
醬油		5 毫升	
鹽巴		3 公克	
胡椒粉		少許	
雞精		少許	
太白粉水		200 毫升	

小米雞肉捲

◆ 4 人份 ◆





馬告拌野蔬

◆ 4 人份 ◆

材 料 | 數 量

過貓	200 公克
小黃瓜	3-4 條
辣椒	少許
香菜	少許
馬告	50 公克
薑末	少許
蒜片	少許
香油	少許
醬油	少許

◆ 製作方法

01. 辣椒去籽，小黃瓜挖空留下皮備用。
02. 過貓、香菜及辣椒切段備用。
03. 新鮮馬告、過貓汆燙，放入冰水中，冰鎮後瀝乾備用。
04. 燙好的過貓及馬告，加入薑末、蒜片、辣椒、香菜、香油及醬油等醬料攪拌均勻。
05. 將作法 4 材料塞入小黃瓜圈中，切段後擺盤即完成。

材	料	數	量
海菜		100	公克
紅蘿蔔		1/4	條
雞蛋豆腐		1	盒
蜆		100	公克
蒜頭		數瓣	
太白粉		少許	
鹽		適量	
味精		適量	
香油		少許	

◆製作方法

01. 海菜充分清洗，紅蘿蔔切絲、雞蛋豆腐切塊、蜆汆燙取肉。
02. 起油鍋加入蒜頭及紅蘿蔔爆香，加熱水煮滾，放入海菜及雞蛋豆腐，最後放入蜆至滾。
03. 加入少許的太白粉勾芡，以適量鹽及味精調味，再淋上香油即完成。

東岸海草羹

◆ 4 人份 ◆





刺蔥樹豆排骨湯

◆ 4人份 ◆

材	料	數	量
樹豆		100	公克
排骨		500	公克
刺蔥葉		50	公克
芫荽		少許	
米酒		20	毫升
鹽		少許	

◆ 製作方法

01. 排骨洗淨汆燙備用。
02. 樹豆洗淨，浸泡 6-10 小時瀝乾備用。
03. 樹豆放入鍋內，加水煮滾後，放入刺蔥葉，以小火熬煮 2 小時左右（可用電鍋或壓力鍋）。
04. 待樹豆與排骨軟爛後調味，加入少許米酒，最後放入芫荽即完成。

材	料	數	量
自製鳳梨果醬		20 公克	
自製紅龍果醬		20 公克	
檸檬片		1 片	

◆ 製作方法

01. 自製鳳梨及紅龍果醬放入玻璃杯中。
02. 加入適量冰塊至 8 分滿。
03. 再加入 300-400 毫升冰開水至 9 分滿後，放上檸檬片即完成。

◆ 自製果醬作法：

當季水果加上貳砂糖以 2:1 比例用火熬煮，不加水不
加其他凝固劑，利用水果本身果膠凝結，完成後以冷
藏保存即可。

龍
鳳
水
果
茶

◆ 單人份 ◆





金峰鄉

「卜拉米喇响小棧」

小米是部落早期生活文化的重心，以生產周期作為一年的起始，小米在祭儀中扮演重要的角色。在利用上，用香 Q 的小米與野菜製作的手抓飯，是忙碌的部落生活中最受族人喜愛的食物。除了田間的野菜，部落也會利用紅藜間拔時期，將紅藜苗汆燙，加上花生搗碎加鹽的花生粉，製作出美味的紅藜苗菜，體現族人充分利用環境資源的生活智慧。

嘉蘭部落的風味餐代表謙卑和回憶，對大自然謙卑，也讓人將過去傳統勤奮的農耕記憶化為菜餚，感受今日仍存在於部落的豐盛與愛。

☎ 電話 | 高姐：0919-147833，志明：0919-147896

📍 地址 | 臺東縣金峰鄉嘉蘭村 7 鄰 407 號

🕒 營業時間 | 10:00-19:30，採預約制

📱 FB 專頁 | 卜拉米 - 喇响小棧 📞 Line ID | yell0715

精實原味餐







原味手拿飯

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
小米		110 公克	
山苦菜		15 公克	
長豆		5 公克	
鹽		適量	

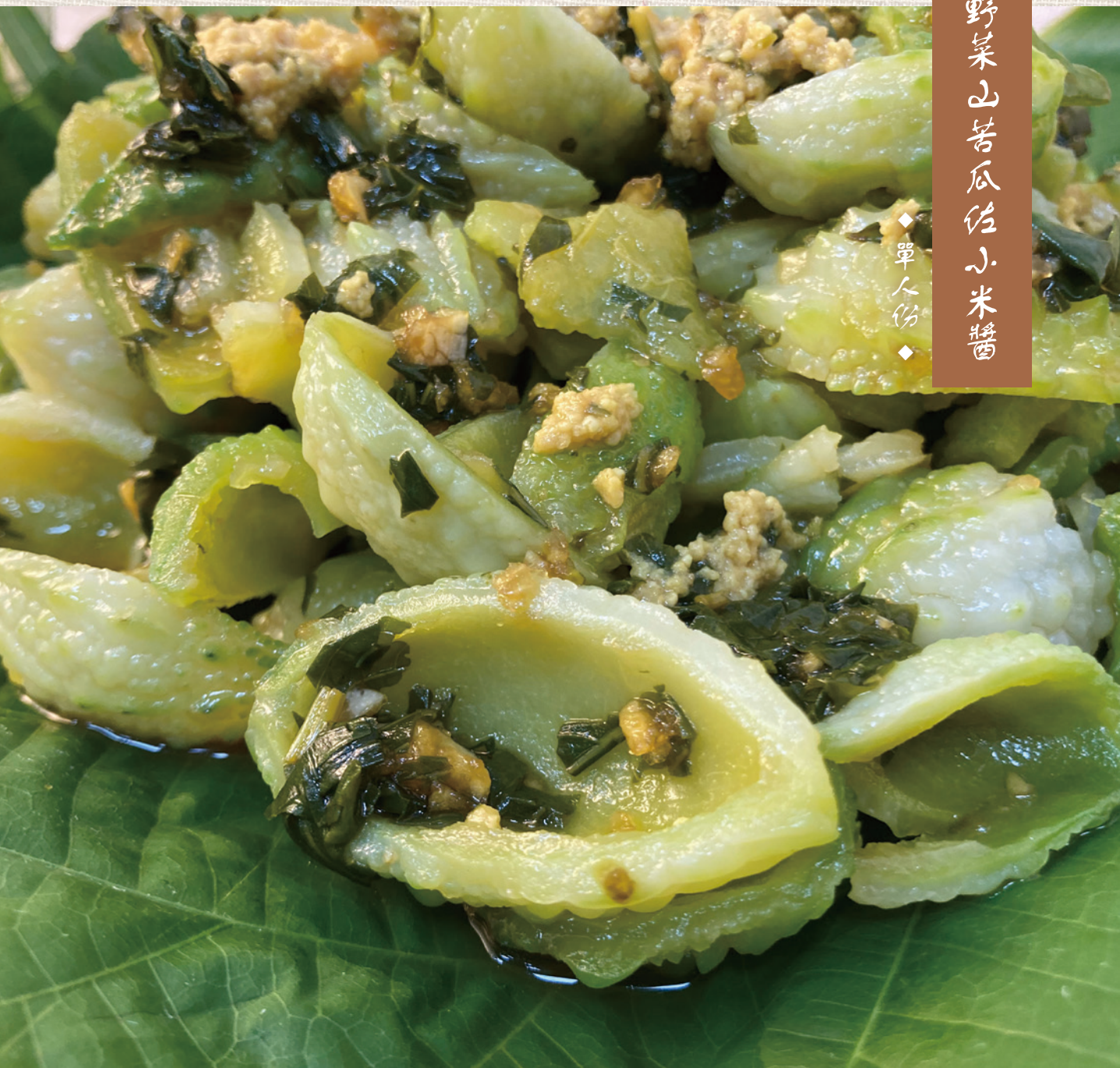
◆ 製作方法

01. 小米浸泡一晚，洗淨後瀝乾備用。
02. 長豆及山苦菜嫩葉洗淨備用。
03. 所有食材及鹽入鍋攪拌，蒸煮 50-60 分鐘即可。

◆製作方法

01. 野苦瓜洗淨並浸泡水中去澀味。
02. 野苦瓜、豆豉與薑絲拌炒至熟。
03. 小米酒糟加豆腐乳攪拌均勻即可，亦可加辣調味。

材	料	數	量
野苦瓜		25	公克
豆豉		7	公克
薑絲		3	公克
小米酒糟		5	公克
豆腐乳		1	公克



野菜山苦瓜佐小米醬

◆單人份◆



鳥不踏炒蛋

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

刺蔥 (別名鳥不踏)	4 公克
雞蛋	1 顆
鹽	少許
雞粉	少許

◆ 製作方法

01. 刺蔥洗淨、切絲、汆燙後備用。
02. 刺蔥、雞蛋、鹽及雞粉攪拌均勻後，炒熟即可。

◆製作方法

01. 五花肉裹薑黃粉醃製一晚。
02. 水滾後放入作法 1 材料煮熟切片備用。
03. 假酸漿葉炒至具有香氣，並帶有綠色色澤，最後添加和風醬、鹽及糖拌勻，作沾醬即完成。

材	料	數	量
五花肉		50 公克	
薑黃粉		10 公克	
假酸漿葉		3 公克	
和風醬		2 公克	
鹽		少許	
糖		少許	

薑黃肉

◆單人份◆





原味勇士湯

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
排骨		100	公克
樹豆		10	公克
楠木子辛香料		0.2	公克
銳葉山柑葉		10	公克

◆ 製作方法

01. 樹豆清淨浸泡一晚。
02. 樹豆加 500 毫升水與排骨熬煮約 1 小時。
03. 添加楠木子辛香料調味，最後加上銳葉山柑葉即可。

材	料	數	量
愛玉籽實		10 公克	
小米		30 公克	
洛神花乾		2 公克	
冰糖		適量	

◆ 製作方法

01. 愛玉籽實加 100 毫升礦泉水搓揉，洗出愛玉水後，放置凝結備用。
02. 小米加入水及糖熬煮成粥。
03. 洛神花乾加入 50 毫升飲用水，浸泡備用。
04. 玻璃杯依序加入愛玉、小米及適量冰塊，最後倒入泡好的洛神花水即完成。

愛洛味飲品

◆ 單人份 ◆





池上鄉

「新興家政班－慶豐部落」

原民菜主要烹調方式都很簡單，蒸、水煮、烤、醃，俗稱吃原味，池上是個特別的地方，擁有多元族群的文化，結合客家、閩南的烹煮方式，期待變化出更多元的口味，食材也不侷限，有海裡游的、路上跑的、田裡跳的、土裡種的，fayi 回憶說早年因物資缺乏，族人喜歡在田裡面抓青蛙跟田螺，用牛筋草串成一長串，帶回家煮湯喝，以前很窮沒有什麼肉可以吃，這次讓”部落很忙”好好招待客人。另外慶豐部落新興家政班也與農會合作推出遊程，期盼遊客在旅遊過程中留下美好的回憶。

☎ 電話 | 0928-863343

* fayi= 阿美語的阿姨

📍 地址 | 臺東縣池上鄉新興村 85-6 號

🕒 營業時間 | 11:00-14:00，採預約制（原住民風味餐）

📘 FB 專頁 | 池農養生美食餐坊 📞 Line ID | 0928863343



勇士要吃飽

FAYI的回憶湯

臺式飛魚

豆皮野菜薯



部落很忙

勇士要吃飽

木鱧果用炒的

小米哇哈

勇士要吃飽

◆ 4 人份 ◆

材 料 | 數 量

池上米	2 杯
小米	半杯
芋頭	半顆
油蔥酥	適量
鹽	適量
五花肉	1 條
月桂	5 片
馬告	10 顆
刺蔥鹽	少許
洛神蜜餞	4 朵
綠豆仁	50 公克
糖	20 公克
糯米	200 公克

◆ 製作方法

◆ 主食 -1

01. 芋頭切絲炸熟備用。
02. 小米與白米煮熟混合作法 1 材料後，加入油蔥酥及鹽攪拌均勻即可。

◆ 主食 -2

五花肉加入月桂、馬告、刺蔥鹽等材料醃製一晚，油煎至焦香切片即完成。

◆ 主食 -3

糯米、綠豆仁蒸熟，加入糖拌均後，塑形成小圓球放入洛神蜜餞，最後撒上蒸熟的小米點綴即可。

◆ 製作方法

01. 馬告及刺蔥籽炒香搗碎，加入月桂葉、酒、鹽拌勻製成醃料。
02. 飛魚醃製 4 小時後下鍋油煎，加入糖、醬油、醬油膏及少許的水，醬燒至熟即可。

材	料	數	量
飛魚		1	尾
馬告		10	顆
刺蔥籽		20	顆
月桂葉		4	片
鹽		2	公克
糖		1	小匙
米酒		5	毫升
醬油		1	匙
醬油膏		1	匙

臺式飛魚

◆ 4 人份 ◆





豆皮野菜捲

◆ 4 人份 ◆

材	料	數	量
豆皮		3 片	
豆薯		半顆	
紅蘿蔔		1 條	
過貓		半把	
泰式沾醬		少許	
馬告胡椒鹽		少許	

◆ 製作方法

01. 豆薯、紅蘿蔔、過貓切成條狀，汆燙後冰鎮備用。
02. 豆皮鋪平捲入豆薯、紅蘿蔔、過貓，起油鍋煎至外皮微焦，撒上馬告胡椒鹽即完成（亦可搭配泰式沾醬）。

◆製作方法

01. 木鼈果切片備用。
02. 蒜頭爆香，加入木鼈果、彩椒及木耳快炒至熟，起鍋前調味即可完成。

材	料	數	量
木鼈果		半顆	
彩椒		少許	
木耳		少許	
蒜頭		少許	
鹽		適量	

木鼈果用炒的

◆ 4人份 ◆





FAN的回憶湯

◆ 4人份 ◆

材 料 | 數 量

田蛙	2 隻
樹豆	少許
排骨	數塊
薑片	5 片
玉米筍	4 條
料理米酒	少許
鹽	少許
九層塔	少許

◆ 製作方法

01. 田蛙帶皮切塊、汆燙後備用。
02. 樹豆、排骨加 1,500 毫升水燉煮約 30 分鐘，放入田蛙、薑、玉米筍煮至熟，起鍋前加入酒及鹽調味，最後加入九層塔點綴即可。

◆ 製作方法

01. 當季水果 (柳丁、蘋果、奇異果) 切丁備用。
02. 小米酒加梅酒混合均勻，加入當季水果丁，最後倒入氣泡水即完成。

材	料	數	量
當季水果 (柳丁、蘋果、奇異果)		適量	
小米酒		300 毫升	
梅酒		150 毫升	
氣泡水		150 毫升	



◆ 單人份 ◆

小米哇哈



關山鎮 「米國學校田媽媽餐廳」

關山鎮農會所輔導的區域包含關山鎮與海端鄉，區域內融匯阿美族、布農族和客家族群，因此擁有多樣且具特色的飲食文化。對於布農族而言，小米是觸動情感的食物，這種食材所散發的故鄉風味，總是能喚起族人深藏的回憶與情感。而結合阿美族和客家族群傳統料理特色的「酒釀梅干扣肉」，是在地最具代表性的美食之一。其他如水蓮、刺蔥、半天筍、檳榔花等原住民族常用的食材，也是原住民風味餐中令人的驚喜的元素。關山鎮農會米國學校餐廳與部落社區的媽媽們攜手合作，將傳統美味料理重新詮釋，以創新的烹調方式賦予傳統食材多元共融的新意。

☎ 電話 | 089-814903

🍽 地址 | 臺東縣關山鎮昌林路 24-1 號

🕒 營業時間 | 08:00-17:00，採預約制（原住民風味餐）

品
小
米
憶
原
鄉







小米糕

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
小米		30	公克
芋泥		10	公克
Q 梅		1	顆
洛神蜜餞		1	片
無鹽奶油			適量

◆ 製作方法

01. 芋頭蒸熟趁熱加奶油，攪拌均勻成芋泥備用。
02. 小米蒸熟後備用。
03. 以 Q 梅為中心內餡，自外部依序包覆芋泥及小米塑形成團，最後以洛神蜜餞作裝飾即完成。

材	料	數	量
五花肉		50	公克
梅干菜		5	公克
小米酒釀		2	公克
冰糖		0.5	公克
醬油		1	小匙

◆ 製作方法

01. 五花肉煎至上色。
02. 梅干菜炒香加入五花肉、冰糖及醬油拌炒入味，放入容器內蒸至軟熟即可。

酒釀梅干扣肉

◆ 單人份 ◆





刺蔥蛋捲

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
刺蔥葉		10 片	
過貓		10 公克	
檳榔花		10 公克	
紅蘿蔔		10 公克	
肉片		1 片	
雞蛋		2 顆	
美乃滋		少許	

◆ 製作方法

01. 刺蔥葉切細，加入蛋液煎成蛋皮備用。
02. 檳榔花及過貓燙熟備用。
03. 將蒸熟肉片、檳榔花及過貓擠上美乃滋後，捲入蛋皮內即可。

◆製作方法

01. 飛魚烤乾，壓碎成細末備用。
02. 水蓮及彩椒汆燙後以鹽調味，灑上飛魚細末即可。

材	料	數	量
飛魚		半片	
水蓮		30 公克	
彩椒		10 公克	
鹽		少許	

飛魚水蓮

◆單人份◆



半天筍排骨湯

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

半天筍	1/3 支
排骨	20 公克
小魚乾	1 公克

◆ 製作方法

01. 排骨汆燙備用。
02. 200 毫升水滾加入排骨、半天筍及小魚乾煮熟，起鍋前調味即可。

◆ 製作方法

01. 玻璃杯加入玫瑰果露及冰塊至 3 分滿。
02. 加入檸檬汁、小米酒後，放入氣泡水至 8 分滿。
03. 最後放入檸檬片及拍打過的薄荷葉即完成。

冰玫瑰小米蘇打

◆ 單人份 ◆





池上鄉

「池農田媽媽養生美食餐坊」

「池農田媽媽養生美食餐坊」就地取材及結合創新的料理手法，呈現特殊的部落風味；部落風味就跟家常菜一樣，主要選用「在地食材」，以三低一高（低油、低鹽、低糖、高纖）之烹調原則，運用自然素材，製作美味餐點。風味餐中的珍珠丸改成外層包覆小米，口感獨特又好吃；選用附近小農現摘的野菜加入麻油薑拌勻，以木鼈果熬成香菇雞湯等，烹飪出一道道令人驚豔的餐點。部落創意風味餐取材無疆界，希望藉由特色料理帶領遊客走進部落，認識道地的家鄉原味。

☎ 電話 | 0928-863343

🍴 地址 | 臺東縣池上鄉新興村 85-6 號

🕒 營業時間 | 11:00-14:00，採預約制（原住民風味餐）

📘 FB 專頁 | 池農養生美食餐坊 📠 Line ID | 0928863343





池農田媽媽情懷料理



小米珍珠丸

◆ 4 人份 ◆

材 料 | 數 量

小米	100 公克
豆薯	1 粒
絞肉	800 公克
紅蘿蔔	半條
芹菜	150 公克
薑末	70 公克
鹽巴	30 公克
雞粉	15 公克
香油	30 毫升
胡椒粉	少許
米酒	100 毫升

◆ 製作方法

01. 將豆薯、紅蘿蔔、芹菜切丁備用。
02. 絞肉加薑末及作法 1 材料拌勻後，以鹽、雞粉、香油、胡椒粉、米酒及 200 毫升水等調味，塑形約 30 公克球狀。
03. 外層沾上小米，以大火蒸 20 分鐘即可。

◆製作方法

01. 豆薯、芹菜、豆包及鹹豬肉切丁，美生菜剪圓備用。
02. 豆包丁及鹹豬肉丁油炸至酥。
03. 芹菜丁及菜脯碎炒香後，放入豆薯丁及鹹豬肉丁炒熟。
04. 最後放入豆包酥攪拌均勻，平鋪於美生菜即完成。

材	料	數	量
鹹豬肉		1 條	
豆薯		1 粒	
芹菜		150 公克	
菜脯碎		100 公克	
豆包		5 片	
美生菜		1 粒	
鹽		2 公克	

鹹豬肉菜脯豆包鬆

◆ 4 人份 ◆





洛神鯛魚片

◆ 4 人份 ◆

材 料 | 數 量

鯛魚片	300 公克
玉米粉	少許
洛神花蜜餞及湯汁	50 公克
鹽巴	5 公克
糖	15 公克
醬油	20 毫升

◆ 製作方法

01. 將鯛魚片切片後沾玉米粉，以油溫 170°C 油炸 3 分鐘至熟。
02. 洛神蜜餞炒過，加入鹽、糖、醬油及 150 毫升水等調味後，勾芡淋在鯛魚片上即可。

◆製作方法

01. 麻油加入薑泥及辣椒片炒香後，加鹽調味。
02. 過貓及紅蘿蔔絲汆燙後冰鎮，再拌入作法1材料即完成。

材	料	數	量
過貓		250	公克
紅蘿蔔絲		5	公克
薑泥		20	公克
辣椒片		少許	
鹽		1	小匙
麻油		30	毫升

麻油薑拌野菜

◆ 4 人份 ◆





木鼈果香菇雞湯

◆ 4 人份 ◆

材 料 | 數 量

木鼈果	1 顆
放山雞	600 公克
香菇	6 朵
鹽	10 公克
雞粉	10 公克

◆ 製作方法

01. 木鼈果及放山雞切塊，汆燙瀝乾備用。
02. 雞粉加 1,000 毫升水，將作法 1 材料與香菇放入鍋中，蒸約 1 小時，起鍋後調味即可。

◆ 製作方法

料理米酒加入海鹽檸檬飲，以及分解茶攪拌均勻，最後放入 600 公克冰塊即完成。

海 米 芬

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
料理米酒		1	瓶
海鹽檸檬飲		1	瓶
分解茶		1	瓶





延平鄉

「走一趟布農孩子的遊樂場」

熱愛烹飪的主廚夥伴，擅長運用自然食材，融合創新與環保元素，為遊客帶來美味又營養的饗宴。餐廳近年採用低碳環保烹飪技術，巧思設計多樣美食，供應喜歡嘗鮮的朋友細細品嚐。為減少廚餘，特別推出套餐料理，運用新鮮野菜入菜，植物當盤飾，拒用一次性餐具。業者持續推廣環保理念，期望用創意料理打動有環保意識遊客的心。在這裡，不僅享受美食，更能體驗大自然與味蕾交融的奇妙好滋味。

☎ 電話 | 0978-980003

📍 地址 | 臺東縣延平鄉鸞山村2鄰41-1號

🕒 營業時間 | 採預約制



相達

刺葱湯

小米西米露

相逢

小米西米露



樹豆小米野菜飯

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
樹豆		10	公克
小米		10	公克
白米		80	公克
昭和草		適量	
鹽巴		少許	
胡椒鹽		少許	
苦茶油		3	毫升

◆ 製作方法

01. 樹豆煮熟備用。
02. 白米加小米煮熟成小米飯備用。
03. 昭和草汆燙、切碎備用。
04. 將樹豆、小米飯、昭和草、苦茶油、鹽及胡椒鹽攪拌均勻後，塑形成球狀飯糰即完成。

◆製作方法

01. 豬肉丁醃製後，乾煎至熟。
02. 鯛魚片沾酥炸粉，油炸至熟。
03. 櫛瓜切片後，油煎至熟。
04. 所有食材擺盤後，搭配沾醬小米醬及優格醬即完成。

材	料	數	量
豬肉丁		60	公克
鯛魚片		100	公克
酥炸粉		些許	
櫛瓜		些許	
獨家小米醬		適量	
獨家優格醬		適量	

相

◆單人份◆

逢





馬告炒菇

◆單人份◆

材 料 | 數 量

美白菇	50 公克
水蓮	30 公克
馬告	10 公克
薑片	些許

◆製作方法

01. 將水蓮切段備用。
02. 美白菇切段，炒至半熟，加入馬告、薑片及水蓮拌炒至熟即可。

材 料 | 數 量

雞蛋	1 顆
獨家小米醬	適量

◆ 製作方法

01. 蛋打散放入滾水中，待幾秒後，將蛋花撈起。
02. 利用壽司竹捲簾將蛋花定型成蛋捲後，切片擺盤，最後淋上小米醬即可。

水蛋捲

◆ 單人份 ◆





刺蔥蔬菜湯

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
刺蔥葉		10	片
紅蘿蔔		60	公克
白蘿蔔		60	公克
玉米筍		1	根
香菜		適	量
苦茶油		適	量
鹽巴		適	量

◆ 製作方法

01. 刺蔥葉洗淨後，加入 250 毫升水熬煮成湯底。
02. 將所有蔬菜切成塊，入鍋煮熟。
03. 起鍋前調味，淋上苦茶油、香菜即完成。

材 料 | 數 量

小米	30 公克
西米露	30 公克
白砂糖	20 公克
鮮奶油	適量

◆ 製作方法

01. 小米洗淨泡水半小時後，煮熟備用。
02. 西米露加入小米加熱拌煮，放入糖攪拌至溶解，室溫冷卻後放入冰箱冷藏 1 小時。
03. 淋上一點鮮奶油即可上桌。

小米西米露

◆ 單人份 ◆





達仁鄉 「啾姑姑工作坊」

Qapulu 在排灣族語中隱喻著「根」的意義。「啾姑姑工作坊」的夥伴曾經有過在外求學、尋找工作的經驗，然而最終都選擇回歸部落，回到自己的故鄉。過去曾經在外地辛苦努力學習廚藝的經歷，展現在這次競賽餐桌的成果中。本次菜單設計是以根作為創意發想的主題，正是因為這份根的概念，啟發了團隊夥伴打造這場 Qapulu（根）的盛宴，期望遊客能透過味蕾，深刻感受排灣族傳統食材豐美的滋味。

☎ 電話 | 0911-575885

📍 地址 | 臺東縣達仁鄉土坂村 4 鄰 40 號

🕒 營業時間 | 採預約制

📘 FB 專頁 | 啾姑姑工作坊 📠 Line ID | sky0911575885





不只是搖搖小米美食套餐



◆ 單人份 ◆

（小米南瓜肉圓）
qinaluwan

◆ 製作方法

01. 小米及南瓜蒸熟後，南瓜壓成泥狀備用。
02. 南瓜泥加入小米塑形成球狀，花生粉作沾醬即完成。

材 料 | 數 量

小米	100 公克
南瓜	30 公克
花生粉	10 公克

材	料	數	量
雞排		150	公克
洛神花糖漬液		40	公克

◆製作方法

01. 取 30 公克洛神花糖漬液醃雞排，醃製時間約 30 分鐘。
02. 香煎雞排至八分熟，倒入剩餘的洛神花蜜及 1 碗水，燜煮 3 分鐘至熟後切片，撒上少許胡椒鹽即可。

洛神花蜜雞排

◆單人份◆





藜蔬沙拉

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

龍葵	1 把
鴻喜菇	1 小把
紅藜	5 公克
印加果油	適量
梅醋	適量

◆ 製作方法

01. 龍葵及鴻喜菇汆燙後，撒上蒸熟的紅藜。
02. 最後淋上印加果油及梅醋即可。

材	料	數	量
五花肉		150 公克	
刺蔥粉		5 公克	
小米釀		20 公克	
洋蔥		1/4 顆	
檸檬原汁		2-3 滴	

◆製作方法

01. 洋蔥切片，平鋪於盤上備用。
02. 五花肉用刺蔥粉及小米釀醃製 30 分鐘後，煎烤至熟，放冷切片備用。
03. 將作法 2 材料平鋪洋蔥片上及灑上檸檬汁即完成。

刺蔥烤五花

◆單人份◆





樹豆鯛魚濃湯

◆ 單人份 ◆

◆ 製作方法

01. 樹豆浸泡一晚後，加入薑片煮熟備用。
02. 放入鯛魚片、米酒及鹽後，外鍋再加半杯水煮約 3-5 分鐘。
03. 起鍋前加入香菜提味即可。

材 料 | 數 量

樹豆	150 公克
鯛魚片	3 片
薑片	3-5 片
香菜	少許
米酒	5 毫升
鹽	適量

材 料 | 數 量

洛神花茶包	1 包
枸杞	少許
野蜂蜜	適量

◆ 製作方法

01. 枸杞用熱水浸泡，放置微溫後，加入洛神花茶包。
02. 最後加入野蜂蜜攪拌均勻即完成。



洛神枸杞茶

◆ 單人份 ◆



太麻里鄉 「龍 a 商店」

小時候，VUVU 都會帶著小孩去山上撿拾別人採收完遺留的生薑或是地瓜，然後沿路採一些野菜，晚上一家子圍著火爐煮一鍋搖搖飯。當時煮的飯總是野菜比米飯多，每次 VUVU 都會讓小孩先吃，每個人拿一個湯杓，圍著火爐，一人一口地吃著。對於當時的族人而言，能有一頓飽餐已是求之不得。成人後因緣際會走入餐飲業，想起 VUVU 和小時候的畫面，便開始研究原住民族傳統料理，希望有朝一日，原住民族傳統料理能呈現給全世界的人看到，並且品嚐到它的美味。

☎ 電話 | 0912-138805

📍 地址 | 臺東縣太麻里鄉多良村大溪 252 號

🕒 營業時間 | 星期一、四、五、六、日 11:00-19:00，採預約制





小米／糯米飯糰

南瓜豆腐湯

小米春捲

ㄟ的田野午膳



小米／糯米飯糰

◆ 單人份 ◆

材	料	數	量
小米		60	公克
糯米		55	公克
樹豆		15	公克
龍葵		適量	
鹹魚		20	公克

◆ 製作方法

01. 小米、糯米及樹豆蒸熟備用。
02. 龍葵汆燙後切碎備用。
03. 鹹魚切碎備用。
04. 將食材混合塑形成球形的飯糰即完成。

◆製作方法

01. 刺蔥葉剁碎備用。
02. 雞肉加入作法 1 材料醃製 30 分鐘。
03. 雞肉油煎至熟，最後淋上刺蔥辣醬。

材	料	數	量
材料		數量	
刺蔥葉		10 公克	
雞肉		190 公克	
刺蔥辣醬		適量	

刺蔥雞

◆單人份◆





小米春捲

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

小米	30 公克
絞肉	15 公克
洋蔥	少許
豆腐皮	些許

◆ 製作方法

01. 小米洗淨、蒸熟備用。
02. 絞肉加洋蔥丁拌炒香後，再放入已蒸熟小米拌炒。
03. 豆腐皮包入作法 2 材料，以小火煎至兩面金黃色。

◆ 製作方法

長豆汆燙至熟，淋上培煎芝麻醬即可。

材 料 | 數 量

長豆	20 公克
培煎芝麻醬	適量

長豆沙拉

◆ 單人份 ◆





南瓜豆腐湯

◆ 單人份 ◆

材 料 | 數 量

南瓜	30 公克
紅蘿蔔	10 公克
豆腐	20 公克
鹽	適量

◆ 製作方法

01. 南瓜、紅蘿蔔蒸熟後，以果汁機打成泥。
02. 豆腐切絲備用。
03. 作法 1 材料加入豆腐絲煮滾調味即可。

材	料	數	量
吉利丁		1 片	
釋迦泥		40 毫升	
牛奶		30 毫升	
蝶豆花		5 朵	
蜂蜜		5 毫升	
薄荷葉		1 葉	

◆ 製作方法

01. 吉利丁泡 40 毫升飲用水至軟化備用。
02. 釋迦泥及牛奶加熱至微溫，放入溶解吉利丁持續攪拌，冷卻後以篩網過濾 2 次，倒入杯中放入冰箱冷藏 30 分鐘做成釋迦奶酪。
03. 蝶豆花浸泡 150 毫升溫水約 2 小時後，取濾液加入蜂蜜備用。
04. 釋迦奶酪倒入作法 3 材料，加入少許冰塊。
05. 最後取一片薄荷葉放入飲品作裝飾用即完成。



臺東藍釋迦情

◆ 單人份 ◆



金峰鄉 「小米學堂」

「小米學堂」是全臺首座以小米為主題的食農體驗場域，除了保存小米農業傳統智慧，學堂內規劃常態性主題活動包含小米文化故事解說導覽、餐飲及手作體驗等。小米學堂位於的金峰鄉，以小米、紅藜、樹豆、洛神作為主要作物，尤其小米及樹豆常作為主食，當地部落也有許多小農種植南瓜、玉米、山芋頭等農作。為支持在地小農將生產的食材做為風味餐原料，小米學堂結合季節時蔬完成創意料理，期待以美食作為媒介，向遊客傳遞小米文化的故事，透過品嚐美食的同時，真實體驗並感受小米文化的魅力。

☎ 電話 | 089-771453

📍 地址 | 臺東縣金峰鄉歷坵村 42-2 號

🕒 營業時間 | 08:00-17:00，採預約制





藜不開米



米堡堡

◆ 4 人份 ◆

材	料	數	量
小米		1 杯	
樹豆		1 杯	
小黃瓜		8 片	
培根		4 片	

◆ 製作方法

01. 小米煮熟至黏稠狀，樹豆泡軟後煮熟備用。
02. 培根煎熟、小黃瓜切片備用。
03. 小米鋪底，一層樹豆，一層小黃瓜，一層培根，最後一層放小米做成有層次感的米堡。

材	料	數	量
雞腿		2	隻
薑片		5	片
蔥		1	支
鹽			適量
小米酒		300	毫升
小米酒麴		100	公克

◆製作方法

01. 雞腿去骨，準備一鍋熱水放入雞腿、薑片及蔥，汆燙後放冷備用。
02. 作法 1 材料放入小米酒麴、小米酒、鹽醃製入味。
03. 入味的雞腿，切 2 公分厚擺盤，最後放上小米酒麴即可上桌。

小米釀醉雞

◆ 4 人份 ◆





比 尼 撈

◆ 4 人 份 ◆

材 料 | 數 量

薑末	適量
絞肉	300 公克
小米粉	150 公克
雞蛋	3 顆
麵粉	100 公克
麵包粉	120 公克
雞翅	4 支
煮熟小米	100 公克

◆ 製作方法

01. 薑末跟絞肉混和均勻。
02. 小米粉加水揉至團狀，內餡放入一球絞肉，搓圓塑形。
03. 有內餡的小米球依序沾上麵粉、蛋液、麵包粉，並下鍋油炸至金黃色即可。

◆ 盤飾：小米雞翅

01. 挑出雞翅內小骨頭，隙縫間塞入煮熟且調味的小米。
02. 作法 1 材料依序沾上麵粉、蛋液、麵包粉，並下鍋油炸至金黃色即可。

◆ 製作方法

材	料	數	量
苦瓜		1 條	
小米		1 杯	
絞肉		200 公克	
雞蛋		1 顆	
蒜頭		3 粒	
青蔥		2 根	
辣椒		1 根	
米酒		2 匙	
醬油		3 匙	
棉繩		1 條	

01. 小米洗淨用電鍋蒸熟備用，苦瓜洗淨剖半去籽備用。
02. 蒜頭、青蔥、辣椒洗淨切末後，加入小米、絞肉、雞蛋攪拌均勻。
03. 作法2材料塞進苦瓜內約九分滿後，封好並綁上棉繩。
04. 起油鍋將苦瓜炸至上色。
05. 將苦瓜放入鍋中加入蒜頭、青蔥、辣椒及米酒，小火燜煮約 30 分鐘至熟，起鍋備用。
06. 作法 5 材料，每片切 2-3 公分厚度擺盤即完成。



◆ 4 人份 ◆

小米苦瓜封



南瓜小米海鮮濃湯

◆ 4 人份 ◆

材	料	數	量
南瓜		1 顆	
小米		200 公克	
蝦仁		5 隻	
花椰菜		半顆	
蘑菇		3 朵	
玉米筍		3 支	
鹽		2 匙	
牛奶		1 瓶	

◆ 製作方法

01. 南瓜洗淨後，放入電鍋蒸煮。
02. 將南瓜攪拌成泥狀，蝦仁、花椰菜、蘑菇、玉米筍及小米洗淨備用。
03. 作法 2 材料倒入鍋中，加入牛奶開小火一邊煮一邊攪拌，至滾後，閉火即完成。

材	料	數	量
小米粉		300	公克
地瓜粉		200	公克
牛奶		1	瓶

◆ 製作方法

01. 小米粉及地瓜粉充分拌勻後，將沸水倒入粉類原料中，利用刮刀攪拌均勻至可揉捏成團。
02. 將粉團搓呈長條狀後，切成小團塊搓成珍珠大小。
03. 一鍋水煮滾後，放入作法 2 材料，待珍珠粉圓浮上水面時，撈起備用。
04. 作法 3 材料加入冰塊，冷卻 20 分鐘後撈出，倒入牛奶即可上桌。



◆ 單人份 ◆

小米珍珠牛奶



◇ 2023臺東原鄉部落創意風味餐競賽名次 ◇◇

名次	參賽單位	參賽人員
冠軍	太麻里鄉「Qapulu 咖啡餐坊」	杜文正、張慈惠、陳雅玲
亞軍	卑南鄉「部落沃客工作室」	曾玉彤、吳國慶、田仲龍、李其珮
	金峰鄉「卜拉米喇响小棧」	黃碧玉、高蘇美、高秀春、黃志明
季軍	池上鄉「新興家政班 - 慶豐部落」	潘有銀、邱鳳琴、吳汶芳
	關山鎮「米國學校田媽媽餐廳」	陳秀卿、陳寶琴、阮碧珠、陳秀媛、方怡雯(領隊)
	池上鄉「池農田媽媽養生美食餐坊」	黃鴻文、周育鈴
創意	延平鄉「走一趟布農孩子的遊樂場」	王紀文、林玟瑄
	達仁鄉「啾姑姑工作坊」	朱聖華、朱連珠、李啓芳
	太麻里鄉「龍 a 商店」	張欣涓、莊瑞山、李立涵、高俞婷
	金峰鄉「小米學堂」	王宛英、黃月梅、胡聖恬

國家圖書館出版品預行編目資料

臺東原鄉部落創意風味餐競賽食譜 / 陳振義總編輯.-- 第 1 版.-- 臺東市：農業部臺東區農業改良場，民 113.01

面；公分.-- (臺東區農業改良場技術專刊. 特 74 輯)

ISBN 978-626-7368-98-5(平裝)

1.CST: 烹飪 2.CST: 食譜 3.CST: 臺灣原住民族

427.133

113001287

版權所有
翻印必究

書名：臺東原鄉部落創意風味餐競賽食譜

發行人：陳信言

總編輯：陳振義

執行編輯：吳菁菁

助理編輯：陳秋好、劉玟伶、鄭翊伶、莊政霖

攝影：伍孝康

出版機關：農業部臺東區農業改良場

地址：950244 臺東縣臺東市中華路一段 675 號

電話：(089) 325110

網址：<https://www.ttdares.gov.tw/>

電子信箱：service@mail.ttdares.gov.tw

印刷：視名創意有限公司

出版年月：中華民國 113 年 1 月

版次：第 1 版第 1 刷 500 本

定價：新臺幣 250 元整

展售書局：五南文化廣場 臺中市北屯區軍福七路 600 號 (物流中心)
<https://www.wunanbooks.com.tw/>

國家書店 臺北市松江路 209 號 1 樓
<https://www.govbooks.com.tw/>

GPN：1011300194

ISBN：978-626-7368-98-5