稻鄉中的美味——

池農養生美食餐坊

» 廚藝絕佳的家政班媽媽



兼顧就業的在地料理

2012年掛牌的池農養生美食餐坊，是由池上鄉農會輔導成立的田媽媽餐廳，可能是因為不在臺九線上，剛開張時業績並不理想，後來透過與旅行社合作及花海景點宣傳，才漸漸打開知名度。農會指導員戴慧菱半開玩笑說，可能是因為近年田媽媽餐廳越來越多，遊客看到招牌會以為以前吃過了。其實每家田媽媽餐廳都有不同特色，池農養生美食餐坊因成員多是客家人，客家田園風味料理自然成為餐坊的招牌。



» 池農養生美食餐坊

「田媽媽」品牌為農委會輔導農村婦女開創副業的一環，池農養生美食餐坊正充分發揮這項功能。餐坊提供了穩定的職業，工時相對彈性，讓成員在工作之餘也能顧及家中農事，而她們所種植的稻米、蔬菜也成為餐坊的食材來源。戴慧菱指導員說，餐坊食材以在地當季生產的蔬果為主，目前更進一步推動使用生產履歷食材，若原本固定合作的農家有意申請，農會也將協助輔導。



» 客家豐收餐，有濃濃客家風味

結合美食與知性的稻鄉之旅

餐坊主要由農會家政班班員組成，目前已有四位媽媽取得中餐烹調丙級技術士證照。由她們所用心烹調的梅干焢肉、筍干焢肉、菜圃蛋及客家小炒等料理，每道都能抓住顧客的胃。特別是招牌的白斬雞肉，是養足五個月的在地土雞，採自由放養自行覓食的方式，不僅確保雞隻體內無抗生素等飼料添加物殘留，且因活動量大，肉質特別鮮甜彈牙。此外，餐坊也與池上當地業者合作，如使用古法手工製作的豆皮，搭配時令蔬菜的「碧綠鮮豆包」等特色料理，未來還會進一步推出豆漿火鍋等佳餚。



» 菜單

在享用美食之餘，餐坊旁占地廣達兩公頃的花海則提供旅人精彩的視覺饗宴。精心布置的花海在遠方秀麗的山巒映照下美不勝收，是最適合為旅程留下美麗回憶的留影景點。農會一年四季都會推陳出新設計不同的花卉造



» 體驗傳統土磨碾米



» 放山白斬雞



» 菜脯蛋



» 客家福菜燜桂竹筍

景，不過冬春之際造訪還能順道觀賞2期稻作收割後的油菜花海，是最佳賞花期，每年農會也會在此時推出不同的賞花活動。

此外，餐坊旁的金色豐收館內還收藏有許多農事文物，並提供定時導覽及預約參訪，供遊客瞭解米食文化，更可預約爆米香DIY。難得的是，館方還特地請苗栗碩果僅存的老師傅製作土磨，讓遊客體驗傳統碾米的樂趣。造訪池上的朋友，不妨可以安排一趟兼具味蕾感官的知性之旅。



» 筍乾焢肉



» 客家小炒



» 時令湯品

● 業者資訊

餐桌名稱	池農養生美食餐坊
餐桌主人	池上鄉農會
地址	臺東縣池上鄉新興村85之6號
電話	0928-862203、089-865936 #37#38#41
E-mail	a862203@yahoo.com.tw
FB	池農養生美食餐坊
菜單	池上米飯、白斬放山雞、客家福菜燜桂竹筍、菜脯蛋、筍乾焢肉、碧綠鮮豆包、菜圃蛋、時令鮮蔬、當季水果、時令湯品 ◎提供桌餐、池上便當、自助式客家豐收餐(須預約，可帶回豐收碗一只及裝置豐收碗的花布包+竹筷/竹匙/筷套)
營業型態	常態性經營，2桌以上桌餐請先電話預約
營業項目	● 農特產品 ● 餐飲 ○ 住宿 ● 導覽/體驗



» 清炒時蔬

池上鄉