

# 都蘭山下的豐沛生命力—— 達麓岸部落屋



» 達麓岸部落屋主人潘袁定豪（拉外·巴奈）

## 蘊藏阿美族傳統文化及生活智慧的部落屋

從臺東市區沿臺11線北上，過了148公里處知名景點「水往上流」之後，便會抵達都蘭山腳下的阿美族部落都蘭社區。來到此地除了飽覽海天一色的美景，更不能錯過原住民部落風情。「達麓岸部落屋」是都蘭當地能一次滿足美食及文化體驗的首選地點。都蘭社區發展協會執行長潘袁定豪說，達麓岸的原始含意是臨時搭建的工寮，後來演變為長老們傳承文化的交流場地；達麓岸另一方面也有傳宗接代的意思，因為一般傳統家屋是沒有隔間設計的通鋪，新婚甜蜜的夫妻難掩恩愛，為尊重家人，達麓岸就是新婚夫妻的好去處了。所以說達麓岸是阿美族的根源，是族人工作、休息及傳承文化的所在。

部落屋現址原是一片荒蕪之地，為活化土地，部落達成共識，將具有原住民文化特色及意義的部落屋設置於此。2003年，東部海岸國家風景區管理處舉辦國際生態旅遊年活動時，都蘭村也推出拜訪藍寶石故鄉的遊程，其中即搭配品嘗當地阿美族野菜美食的內容，因此使得達麓岸部落屋廚房逐漸成為外地遊客到訪的熱門選項。



## 別具特色的「原」味料理

達麓岸部落屋的風味餐，大多採用部落婦女自行栽種的原生蔬菜，包括輪胎苦茄、山苦瓜、翼豆及山蘇等，隨季節變化供應。另外原住民飲食中常見糯米、地瓜、芋頭及海鮮等，也都是此地具有「原」味特色的料理食材。「糯米三寶手扒飯」的「三寶」，指的是地瓜、芋頭及手汗，「手」在原住民眼中就是爸媽替我們準備的餐具，而以手抓食時，手上冒出的手汗會帶有自然鹹味，搭配香菜、嫩薑及小紅蔥頭等辛香料更加入味，當然體驗前一定要先洗手！

其他特色料理還有冰鎮酸辣湯，是由部落種植的綠色辣椒與山上採集的竹筍，煮成湯品後放入冰箱，夏天喝起來更清涼舒暢。糯米甜湯是原住民招待朋友的必備甜品，是用釀造糯米酒的酒粕及少許冰糖調製，所有可用食材都能被完整利用，減少食物的浪費。還有族人通稱為「海灘麵」的潮間帶海菜，利用薑蒜調味更能吃出海洋的「原味」，令人不禁食指大動；而特製醃肉「希撈」是早期原住民捕捉獵物之後，將肉品醃漬的長期保存方式，因「希撈」是由生肉醃漬而成，保有鮮肉的色澤。目前這道風味料理，考慮到食品衛生與安全，在食用前會先汆燙，消費者可安心享用。此外也會帶領遊客採摘部落屋附近自然生長的野菜，作為風味餐的食材，讓消費者充分體驗從產地到餐桌的精神。



» 族人稱為「海灘麵」的潮間帶海菜



» 原住民特製的醃肉「希撈」



» 刺蔥煎蛋



## 部落旅遊帶動社區發展

除了美食之外，社區居民也運用當地豐富的生態資源，導覽解說都蘭的多元文化，讓遊客身歷其境感受阿美族的傳統歷史，整趟遊程更添知性與感性。潘袁定豪表示：「旅遊行程都是經過社區發展協會幹部們討論、設計，為了確保旅人能享受到最完整的風味餐及生態旅遊，請大家能事先預約。因為在妥善的準備下，整個體驗活動將會更豐富、有趣，保證讓您直呼過癮！」他也提醒遊客，部落導覽行程是以場次而非人數收費，「所以至少要一部遊覽車的人數會比較划算喔！」潘袁定豪勾劃部落未來的發展願景：「我們想要以達麓岸部落屋作為部落旅遊的核心，傳達阿美族人的生活及飲食文化，進而帶動部落的發展。」他希望透過遊程活動，除分享文化及尊重自然生態的理念外，同時也能增加部落青年就業機會，並促進阿美族文化的傳承，讓更多人認識都蘭社區豐沛的生命力。

- » 煙燻石板烤肉
- » 原味時令野菜
- » 香甜而帶微醺的糯米酒粕甜湯





» 冰冰涼涼的酸辣湯，別有一番風味



» 糯米三寶手扒飯

### 業者資訊

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 產地名稱 | 達麓岸部落屋                   |
| 產地主人 | 拉外·巴奈 (潘袁定豪)             |
| 地址   | 臺東縣東河鄉都蘭村 (臺11線145.5公里處) |
| 電話   | 0912-749036、0972-334546  |
| FB   | 達麓岸部落屋                   |
| 餐桌特色 | 原住民風味餐                   |
| 營業型態 | 非常態性營業，來訪請先預約            |
| 營業項目 | ● 農特產品 ● 餐飲 ○ 住宿 ● 導覽/體驗 |



× 達麓岸部落屋

