

東遊溫泉饗宴

養生美食餐館 田媽媽東遊季



» 東遊季田媽媽養生美食餐館家政班媽媽

遠離塵囂的溫泉名勝餐館

知本位在花東縱谷末端，日治時期臺灣總督府曾於此地推廣種植藥用植物，昔日舊稱「藥山」，而今取名相近的「樂山」，也正是名聞遐邇的知本溫泉區所在。流過變質岩層的泉水，形成得天獨厚的弱鹼性碳酸氫鈉溫泉，據傳有促進新陳代謝和軟化角質層的功效，是頗具盛名的「美人湯」來源。由臺東縣農會經營管理的東遊季溫泉渡假村，內有繁花似海的園藝景觀區、各式湯屋，以及露天溫泉區，便利舒適的現代化設施，讓旅客盡情徜徉山林，享受溫泉的靜謐與美好。

具備休閒功能的東遊季溫泉渡假村，畫龍點睛的特色亮點則非「田媽媽養生美食餐館」莫屬。餐館由行政院農業委員會執行之「農村婦女開創副業」計畫輔導成立，目的為活絡偏鄉農村就業市場，發展地方經濟。餐館以低油、低鹽、低糖、高纖維「三低一高」理念烹調料理，並採用在地新鮮食材，降低運輸里程，落實產地消綠色飲

食觀念。為深化餐廳風格型態，東遊季巧妙結合農村特產和溫泉元素，推出以「養生」為主題的風味餐，贏得許多遊客的讚賞。

養生創意料理展現巧思

開車進東遊季，伴隨而來的是鳥語花香與潺潺溪流聲，穿越小徑後即可來到田媽媽養生美食餐館。以健康無負擔的烹調製作料理，也順應季節時令採買在地蔬菜食材，如龍葵、地瓜葉、野萵菜、過溝菜蕨及南瓜等。為呈現多元飲食文化，餐館亦與在地卑南族卡大地布(Katratripulr)社區合作，販售有部落媽媽們製作的小米粽，因深具在地特色，且數量有限，目前僅接受預約時才會供餐。

俗話說「靠山吃山，靠海吃海」，餐館因位在群山環繞的知本溫泉區，長期與在地業者合作，供應新鮮優質的肉類產品，如鮮肥的玉米雞肉，搭配無硫金針花乾，慢火細燉成色澤油亮、味道醇厚的金針雞湯；亦有搭配樂山自產的薑黃粉，快火熱炒出金黃色香味俱全的薑黃雞丁。薑黃不僅獨具辛香氣味，亦具抗氧化的食療功效，相當切合保健養生的餐桌主題；除此之外，主打菜「洛神豬肋排」，是將傳統農家最為豐盛的食材豬肋排醃漬於洛神花蜜中，浸染出晶瑩的紅紫色澤，大口嚼



» 餐廳前碧綠如茵的「相思草坪」

» 醃漬入味的洛神豬肋排

卑南鄉·金峰鄉

田媽媽東遊季養生美食餐館

入，齒頰橫溢鮮嫩的肉汁以及洛神獨有的酸甜滋味，完美調和出鹹香與清爽兼具之口感，完全體現創意料理的巧思，103年曾獲選為田媽媽十大招牌菜之一。為提升田媽媽美食饗宴的服務品質，餐館不定期推出各式組合桌菜或個人套餐因應不同客群需求，只為提供最專業的服務，讓每位顧客都享有最貼心的感覺。



» 色澤油亮的薑黃雞丁

產地名稱	東遊季溫泉渡假村田媽媽餐廳
地址	臺東縣卑南鄉溫泉村溫泉路376巷18號
電話	089-516111
E-mail	service@toyugi.com.tw
網站	http://www.toyugi.com.tw/
營業型態	07:00-09:30 中西自助餐 11:00-14:00 田園料理與合菜 17:00-20:00 田園料理與合菜 團體客人數達20位，可電洽預約體驗活動
營業項目	● 農特產品 ● 餐飲 ● 住宿 ● 導覽/體驗