

台灣覓食見識兩大「性格」餐廳



天和鮮物創辦人劉天和與副總經理黃麗娟介紹公司的有機產品。

有機與有料

台灣積極推動台東的旅遊業，在6月中至8月由中華航空每周開兩班機直航台東，當地的民宿、酒店、餐飲業都十分期待來自各方的旅客走進台東，台東的賣點除了田園風光外，農產品也極豐富，吸引喜歡美食的旅人，如何在台東覓食呢？台灣「經濟部商業司」很體貼地特別組織了「台灣吃透透：食節氣味挑嘴」活動，向海外推介台灣特色的餐廳，餐廳都是選用當季、當令、當地的食材料理，展現台灣餐飲美食特色。讓旅人在異鄉也不會過食艱難。記者採訪的幾間食店，發現他們的很「台東味」，「台東味」正是代表了原汁原味，強調有機健康。

採訪、攝影：丹丹



米巴奈山地美食坊，女廚師用台東本地食材烹調菜式。

「十大神農」劉天和貼錢搞有機



「經濟部商業司」司長江文若親自品嚐神農套餐。



「精功湯」富含各種食材，聚集多種營養素，內含多種蔬果。

前往剛於5月26日接受馬英九頒發2015年「十大神農」殊榮的劉天和（天和鮮物創辦人）於台北的直銷超市天和鮮物、海島食堂參觀一下，這是台灣第一家農漁畜牧場直銷超市食堂，超市全店賣有機食品，樓上售賣的東西，更提供即時準備的便當，樓下設有海島食堂餐廳，是給食套餐的人士享用。最新推出的神農套餐，600元台幣價格就包含了澎湖鮮蚶、龍膽石斑、魚骨湯、海藻豬肉飯等，「經濟部商業司」司長江文若亦親自品嚐神農套餐。江文若司長覺得近年來台灣食品問題也讓人不安心，所以政府很支持有機產業，市民旅客在台灣吃得健康最重要！



天和鮮物創辦人劉天和

天和鮮物創辦人劉天和原本搞科技工業，在2000年曾罹患大腸癌，抗癌過程痛不欲生，前後8次進出手術室，最後切除所有大腸，以小腸取代，在手術後醫師建議他只能食用易消化的魚肉，少吃肉，多吃魚，而且是乾淨的魚肉。但在當時的台灣無毒的海鮮非常難求，劉天和決心要自己養出讓所有人都可以安心食用的魚。他走遍全台灣找到最純淨、無污染的澎湖外海作為漁場基地，用澎湖特有的天然褐藻，用來養殖魚、雞、豬、鴨；褐藻含有高量的膠原蛋白和礦物質，養出來的產品就非常健康。更有海洋大學、澎湖科技大學所有教授學者的指導幫忙，創造出獨步全球農、漁、畜、牧循環產銷供應鏈六級產業。台灣「經濟部」頒發「創意生活事業」認證給「天和鮮物·海島食堂」。

有機產品沒有人會抗拒，只是各地人都面對售價高，負擔不起的問題。劉天和也認同有機東西高價格影響銷量：「但有機產品的成本也很高，海藻取得不易，靠人工刮取，和飼養需時長，我是靠科技生意賺金錢來補貼有機生意。目前希望開拓多些市場，目前在大陸的廈門、上海、江蘇、北京等有門市發售，也有網購，都是台灣人為主。」



用手機QC可以聯到套餐各款菜的原料圖案



即場炮製精功湯



海藻雞



檳榔花



炒甘蔗芯



烤香腸，一人一支，吃起來有些微的烤味，香腸的味道吃起來就有點烤肉味，口感也比煮的香腸還要來得脆。

首 先去到兩間非常有性格的店鋪見識下，兩間店的老闆都甚有性格，一個是科技工程師出身，投身有機產品行列的劉天和；另一個曾在官場打滾的林耀輝，堅持做特色菜，用台東食材，每晚7點半就不接客，10點前打烊，有生意都不做的，如果是訂位後用底被列入黑名單，日後不招待。

天和鮮物：<http://www.thofood.com/>
米巴奈餐廳：<http://www.mibanai.com.tw/>

米巴奈出得大場面的原住民美食



米巴奈餐廳的店面外觀，有點像是帳篷的感覺。



店舖裝潢充滿山地特色

米巴奈山地美食坊位於台東市中心的山地美食坊，是網路上有名的人氣餐廳，本地客、觀光客都有光顧，而且非提前訂位不可。菜式都是林老闆與廚師運用在地食材創造出來的，包含原住民風味料理，充滿了創意思路，是出得大場面的原住民美食，吸引不少政商演藝界紅人光顧。自我要求高，嚴格要求廚房的器材要每二天刷洗一次，即使已經經過10幾年了，廚房還很乾淨。如果發現被外面的餐廳仿冒的話，被仿冒的菜立刻會從菜單上除名，他們只想作創新的原住民美食，真有性格。

米巴奈餐廳的店面外觀類似三角形的LED燈，店面有點像是帳篷，感覺獨特，店裡面店員都是穿著原住民風格的打扮，餐具也講究，據說是林老闆到歐洲遊玩時聽導遊介紹鈴蘭花的花語是幸福，便希望讓顧客感受到幸福的感覺，就自行設計了鈴蘭花餐具組，再請台灣鶯歌的陶瓷窯廠燒製而成。

若到這裡一定要試招牌菜的烤香腸，用上等的五花肉浸泡啤酒後包裹玉米筍，再以漂流木烘烤而成，玉米筍與豬肉烤得微微焦黃，吃起來很香還有新鮮肉汁；吃過的人都讚烤香腸，林老闆還有幫這道菜申請專利。因為太受歡迎，特別製成外帶漂流木烤肉的真真空禮盒滿足捧場客。

還有漂流木烤山豬肉、烤豬蹄，原住民在石板上烤山豬肉，這裡加上了台東的特產「漂流木」烤山豬肉，老闆說用漂流木一是環保，二是木浸泡過海水烤東西特別香。

山地檸檬魚片，檸檬魚片的吃法是直接將魚片從底部夾起，並將檸檬皮絲捲起，只需沾點醬油就吃得出新鮮旗魚魚片的美味，這種生魚片的吃法實在特別。

餐廳每天用時令野菜，林老闆為了照顧弱勢家庭的媽媽或婆婆，用高於市價的價格來收購她們每天早上取的野菜，這樣一來可以幫助需要幫助的家庭，餐廳也天天都有新鮮野菜可用，真是一舉兩得。

涼拌檳榔花、甘蔗芯、地瓜葉、大頭菜等都很好吃。檳榔花本身吃起來就很脆甜，炒和涼拌吃起來的感覺很不一樣，不知不覺吃掉很多。而甘蔗芯是產自台東紅甘蔗的芯芽，吃起來又嫩又脆又甜，炒得有點辣，但讓人忍不住一口接一口。

木碗裡葉子上裝着的是老闆將蓬萊米和糯米配種之後獨創的米種煮成的飯，吃起來更香更Q；老闆還親自示範這飯要如何吃才好味。首先把飯放在手掌用力抓一下成山飯後，吃起來的口感真的很不同，再加上鹹魚絕配，真的是好吃。

接近尾聲時大家可以食醃洛神花和只送不賣的鳳梨蘋果酵素梅，梅子吸收了蘋果、鳳梨的香氣，而蘋果、鳳梨也吸收了梅汁的酸香味，吃大餐來一盤冰涼的鳳梨蘋果酵素梅正好可以解膩，大受歡迎，一定要試試。

劉天和創立有機無毒食材健康產業至今12年來一路走得坎坷又艱辛，需要多大的毅力與堅持，燒掉可觀的資金，他笑言：「沒人叫我做，是我自跳火坑，但我賣的不是魚、雞，是你的健康人生，全家要有健康身體才是真正幸福快樂。」

在未來日子，天和許下願望，那就是期盼能將這份體貼家人的心意滲入全世界大大小小的家庭裡，讓每個人都能擁抱健康，快樂！

文：勞斯

北為水，乃其命局之喜用方位，被取錄是難得的好機會，我鼓勵他積極考慮。況且文學與戲劇在內地普遍備受尊重，相對於香港，他會有較大的發展空間。

文：勞斯

易地借運

隨着社會演變日新月異，很多年輕人將會在社會嶄露頭角（八運旺少男），脫穎而出，但也有人抱怨自己儘管使出渾身解數，始終難有作為，更無法找到一處適合自己的「用武之地」。

從英國學成歸來的阿德就滿腹牢騷，那個周末在我家樓下的咖啡屋大吐苦水。他說自己主攻英國文學及戲劇，回歸香港本想將知識回饋社會，學以致用。可惜到過幾個文化機構求職均不獲錄用，後來惟有放下身段，嘗試找份補習導師當臨時職業，再慢慢尋找機會，殊不知以學歷高但沒實際經驗藉口拒於門外。滿腔熱血換來社會冷漠相對。他憤憤不平，但說到底惟有怪自己命水不好。朋友介紹他來找我，說想弄清楚自己條命到底是不是「爛泥扶不上壁」。

阿德的八字：甲辰年、戊辰月、癸巳日、癸丑時。顯然是弱水命，需要金水生助，忌土煞。今年乙未木土洩剋交加，當然四處碰壁，難有立錫之地。他問我有否辦法幫他改命。說曾道聽塗說某人運滯倒壽，經風水高人於家中佈陣作法，旋即時來運轉，諸事順遂。當然有其事，但那是借助風水之力協調氣運，並非「改命」。命是定改不了，連釋迦都說「佛也不能改因果」。

那麼是否可以借助點什麼來改善運氣。阿德並沒灰心，他二十二歲，幸好大運有庚金滋水，才不至於走投無路。這弱水命利於到水多的地方發展，比如北上內地。他眼睛一亮，說之前曾將自己的履歷發到北京一家製作公司求職，剛獲通知被取錄。不過北上與否，一時拿不定主意。是故也想請教本身命格是否適合應徵一事。

北為水，乃其命局之喜用方位，被取錄是難得的好機會，我鼓勵他積極考慮。況且文學與戲劇在內地普遍備受尊重，相對於香港，他會有較大的發展空間。

文：勞斯

生肖

藏傳版卦 文：鎮治

鼠 有機會辦事，不等於成功，失敗了，不等於無，肯嘗試成功一定會再來。

牛 理想與現實，根本兩件事，不能混為一談，理想只是目標，腳踏實地才是真的，努力繼續。

虎 你處理同事與朋友作風嚴謹，不作變通，厚此薄彼，有一個很好的投資機會險些失了。

兔 拍拖的男女有點迷茫，開學了，將心情放在書本上，明天的路才好走。在工作中同事和睦。

龍 工作順利，無須轉工，做老闆做生意，都如此順境，心情美極，人生如此，夫復何求。

蛇 患得患失的心，已過去了，你想要的又已得到了，是不是應將心拉回工作崗位上呢？

馬 路遙知馬力，一時的情緒低落，不代表什麼，你的伴侶才是你的幸運星，可幫助你達成願望。

羊 本周你的運程稍差，以退為進，忍一時之氣，海闊天空。記住，大丈夫有所為，有所不為，謹慎。

猴 心有靈犀，每樣事都感應很強，比別人先知先覺，這是你的強項，投資機股，無往而不利。

雞 社交圈子大，人際關係良好，加上你的辦事能力強，性格開朗，每項工作都在你的掌握中。

狗 你心中的理想似乎很遙遠，積極實事求是默默接受，天會成就你，機會一到，自可大展拳腳。

豬 肯挑戰，肯嘗試，肯吃虧，成功總是扶助你們的，不過，切忌驕傲，因驕傲會敗，切記切記。

塔羅星座

文：BENNY WONG

白羊座 是非滿天飛，不要灰心和氣餒，帶著包容的態度來看待這個情況，只要有恆心，會渡過難關的。

金牛座 人與人之間的相處態度，其實是一種學不完的課題，更何況是情侶之間的爭拗，繼續努力吧！

雙子座 小小苦楚等於激勵，不要因一時的起落而掉掉信心，成功就在前面了。天生我才必有用處的。

巨蟹座 要為家居來個大掃除，可配合風水擺設增加運氣。認清目標，堅定信念成功近在咫尺！

獅子座 開始要對你的身體作出檢視，因為長期的勞碌已令你積勞成疾，要決心去改變作息時間。

處女座 工作量突然的增加使你感到大壓力及疲倦，遇到其他人的批評及意見，使你感到沮喪及失去動力。

天秤座 謹記不要輕易去懷疑自己，學會堅持及支持自己，這會使你在工作中有更加好的表現及成功感！

天蝎座 與伴侶會有爭執，互不相讓的態度會使溝通關係變差，嘗試在這星期給大家一個空間。

射手座 工作上會因為其他新的計劃發展，而影響你原定的計劃，是時候表達多些你的概念意見發揮一下！

摩羯座 伴侶近來的行為使你變得敏感起來，不安的感覺常常在內心出現，嘗試對伴侶表達內心所想。

水瓶座 工作量比平時較多，也可能需要不停加班，會有阻滯使原定的計劃停頓起來，會有不同的挑戰。

双鱼座 與伴侶因各自忙碌而缺少了相處的時間，使關係有點生疏，把內心感受告知對方，才能保持關係。