

### 跟着理事長遊南投完結篇



# 暢遊竹海茶園 鹿谷鄉食「大茶飯」



在初鄉茶間，張淑貞親自講解製茶過程。



初鄉茶間



青竹文化區內可做可愛竹風車，竹編風車DIY每件台幣150元。

青竹文化區有DIY，讓你一展繪畫才華。

此行跟理事長遊南投到尾聲，要離開清境童話世界回到山下，不發公主夢，返璞歸真，到「太極美地」享受純樸的生活，暢遊玫瑰園、茶園、竹海及田園，又是另一種樂趣，特別適合城市生活的人去放空，泡一杯香茶，品嚐健康的在地食材，人生一樂也。

文：婷婷 攝：焯鈴

南投縣有「太極美地」之稱，美譽源自鹿谷鄉及竹山鎮的茶文化，前者盛產茶，鼎鼎大名的凍頂烏龍無人不曉；後者則盛產竹樹，最有趣是從高空俯瞰，會發現兩地竹茶竟互相依傍，鹿谷的茶樹總會伴着幾棵竹樹，而竹山鎮一大片高聳入雲的竹樹間，又總會發現幾棵矮茶樹，展現出太極陰陽互補之效。



採茶飯的餸都很豐富。



初鄉茶間先採茶後吃飯



DIY 玫瑰花醬原材料

玫瑰花放入煮沸的水中熬



DIY 玫瑰花醬製成品

## 第三站：玫瑰園四度食用玫瑰園

南投埔里依山傍水，純樸幽靜，當地農民宗旨「要種就要種人能吃的東西」，玫瑰園四度食用玫瑰園，顧名思義「玫瑰園四度」就是意味著這裡能一年四季都有玫瑰飄香，他們種出一朵朵沒有農藥、沒有化肥，可以食用的玫瑰花。章思廣夫婦經過很多試驗與堅持才得以打造這食用玫瑰園。而製作有機玫瑰花瓣醬是他們的主打，也曾賣到香港。玫瑰花瓣醬的製作是用新鮮有機的玫瑰花瓣（花瓣必須剪得細碎）加上檸檬汁與砂糖熬製而成。玫瑰花瓣醬用來沖泡冷飲，或塗抹於多士、餅乾，可感覺到滿滿的玫瑰花清香！

玫瑰園四度食用玫瑰園，靠章思廣夫婦一路以來的努力與堅持才成功。



而玫瑰花瓣醬DIY是重頭戲，玫瑰花瓣醬的食譜：  
材料：食用玫瑰花瓣 30g、二砂 100g、新鮮檸檬汁 15c.c.、水 150c.c.  
做法：  
1：將玻璃罐殺菌備用、花瓣放入盆中洗淨瀝乾水分備用；  
2：將花瓣用剪刀剪碎，水煮沸後加入砂糖，糖溶後加入碎花瓣；  
3：加入一半檸檬汁，小火煮至花瓣沉入鍋底（約5-10分鐘）熄火，加入剩餘檸檬汁，靜置10分鐘；  
4：開火煮至花醬呈半凝固狀，熄火；  
5：趁熱裝瓶，瓶蓋鎖緊後倒放5分鐘完成。裝瓶後要馬上將瓶子倒立，如此才能避免水蒸氣凝結在瓶口，並達到封罐的效果。開封後請放冰箱保存。  
地址：台灣南投縣埔里鎮牛眠里內埔路2-2號

## 第二站：鹿谷茶鄉小旅行

鹿谷鄉是個茶的勝地，有很高水準的製茶廠和許多茶園，今次去太極美地初鄉茶間的茶園採茶兼食採茶飯，由太極美地的張淑貞理事長親自示範採茶。團友又化身採茶姑娘，穿上花衣戴頭頂竹帽親自學習採茶。太陽高下採茶也不是易事，一片片採摘，要很久才能裝滿，難怪在採茶前後要先食飽飽，因為茶農每天早晨起來採茶，日曬雨淋，都會很花體力，要吃得較多。而且午餐都在茶園旁邊吃的，每人獲派大個碗，各自去盛飯菜，自製一碗「大茶飯」，不是山珍海味，是鹿谷的菜入饌，茶葉的香味都充分滲進白米飯內了；還有客家風味的美味腩肉，有着一分濃郁茶鄉的味及真摯樸實的生活味道。

初鄉茶間之旅不止體驗採茶，採過茶後，還可參與他們創新的茶席體驗——圍爐煮茶，跟茶藝老師張素菁學怎樣煮茶。「圍爐煮茶」格局帶點日本風味，這是當地農家婦女的煮茶方式，大夥兒圍爐品茶之餘順便閒話家常的生活情趣。「圍爐煮茶」其實是展示茶藝文化，老師指用心泡茶是尊重自己的表現。泡一杯觀茶，由茶具、泡茶手勢、方法、時間、清洗用具，都要求手勢要相當優雅，每樣都是學問，所以才有人去茶道班、茶館學習品茶樂趣。

圍爐煮茶開始前，老師要各人穿上寫上茶葉名的圍裙，化身為梨山茶、紅茶、貴妃茶、金萱茶及炭焙烏龍。各人面前有小桌，桌上放滿茶具，而中央是一個爐，老師先逐一講解桌上的茶具，分別有取水的柄杓、外形像迷你壺的茶海、泡茶用的茶碗、品茗杯及茶罐，光是使用柄杓的方法及手勢就相當複雜，老師指示柄杓必須用左手提取，有特定姿勢，左手放於杓子後方約5cm，拇指放在柄上，其餘4隻手指則放在柄下；右手的食指跟中指要夾緊柄子末端以方便取水。

然後，各人各自將5種茶葉為高海拔種植的梨山茶、阿里山的金萱茶、凍頂炭焙烏龍、鹿谷紅茶及貴妃茶茶葉倒進茶碗，先聞開茶香，由拿用具，然後用柄杓將滾水倒進茶碗並蓋上蓋子，1分鐘後，將茶蓋稍為掀起，再用食指壓實茶蓋，將茶迅速倒進茶海，然後再從茶海倒茶到品茗杯中細細品嚐。茶要好飲關鍵在於水溫、水量及時間，大家認為自己泡的是好茶，就要與旁邊的人分享。泡過茶後還可以一塊享用成果和吃茶點聊天。

地址：南投縣鹿谷鄉仁愛路/和雅村愛鄉路



圍爐煮茶



東方美人茶令「男美人」很陶醉。

圍爐煮茶泡出來的茶湯



張老師示範杓水動作。



圍爐煮茶後再享受甜點

## 第一站：青竹文化園區

竹山鎮為了推廣竹的生產、創作，成立青竹文化園區，設有隱竹別院竹炭健康民宿、竹炭能量屋，悠靜的環境、閒適的氛圍、雅致的造景，配合了觀光休閒與地方產業，劉燈村理事長和劉禹均用心營運，從推介生態導覽解說區中種植有巨竹、沙勒竹、虎紋竹及四方竹等上百種的珍貴竹類，到竹炭生活都親自出馬。竹子在春夏秋冬四季的形狀有什麼變化，竹子的年齡與顏色改變，粗大的不代表老，5歲的竹就有老人斑了，哈哈！令團友對「胸有成竹」一詞理解更深刻。

青竹文化園區也是生態環保教育園區，規劃有多項竹藝DIY，竹編風車、竹花瓶、筆筒等供民眾親身體驗（收費：每件台幣150元）。生產竹藝品利用難以收集的竹籜，加上竹篾編織、竹桿、竹株等各式材料組合而成，是最富藝術美感又兼具環保材質的作品，可當成竹童玩玩，平常放在客廳、插在花瓶都很美。還有「造窯」，客體驗窯10座，讓旅人們充分體驗，機械窯兩座生產製作許多符合「CAS 優良農產品」認

證的竹炭製品。平日常聽竹炭物品，不知竹炭是何來？聽書後知道，以四年生以上的竹子為材料，採用竹炭專用的土窯或窯炭化技術，需時十多日才燒製成竹炭，再用其原料提取可食用元素製成竹炭食品，包括竹炭麵、竹炭冰淇淋、竹炭花生；竹炭有殺菌消毒所製造日用品竹炭清潔系列及竹炭針織品系列。隱竹別院有間甚具竹風味的廳，他們的豪華竹香竹筒飯套餐非常OK，嚴選竹山當地無毒農作的新鮮蔬果，搭配園區內有機方式栽培的竹筍，並加以純淨高溫竹炭粉導入食材，用心料理出香烤竹筒飯、季節時蔬、竹炭嫩豆花、果風竹炭麵、竹炭饅頭、封印香蔥、巨竹筍湯等。



美女安安品嚐豪華竹香竹筒飯套餐



青竹文化區負責人劉生介紹他們的不同竹類。



隱竹別院竹炭健康民宿



青竹文化園區竹炭產品



竹藝品

## 第四站：頭社活盆地獨木舟體驗

南投日月潭附近的頭社活盆地，休閒農業觀光主要是推出「會跳舞的蘿蔔節」、絲瓜節。近年，村民利用全長1.7公里的盆地的灌溉溝渠，發展輕艇體驗活動，把灌溉渠當作高山運河，試辦划船活動。後來頭社休閒農業區主委兼村長黃順昱推出泛舟，找上船艇教練作密集訓練輕艇教練證照，為營運泛舟安全找專業教練密訓農民取得輕艇教練證確保划船安全。本來怕水的家長帶小朋友來試划後，在教練耐心指點下產生了自信。

划船後，可以體驗會彈跳農田，再騎單車遊頭社，還有專業導覽解說採金銀花、澳洲茶樹做精油等戶外教學，是親子旅遊、運動休閒知性之旅新秘境。

鳴謝：台灣觀光局、台北市政府觀光傳播、南投縣政府、長榮航空



頭社活盆地灌溉渠可划獨木舟