

台灣觀光

冬日・散散步

2023/10-12

vol.592

毛奇、李敏勇

徐如林、陳志東

魚夫、謝金河





babicorp.com



BRINGING ALL THE BEST INTERNATIONAL

沒有突如其來的暴雨或豔陽曝曬，台灣微涼的秋冬最適合怕流汗的朋友出遊！

本期封面故事邀請您一同「冬日散散步」介紹適合在寒冷冬日裡漫遊的目的地，探索冬日風光，品味地道美食，感受台灣獨特的寒冷韻味。無論是山紅水綠的自然景觀，還是充滿歷史文化氛圍的離島，冬季的台灣都綻放無限精彩。

但在台灣，冬季不僅風景迷人，更是品嚐美食的季節（哪個季節不是？）。知名飲食作家毛奇帶我們穿越火鍋的世界，導覽台灣人最喜愛的各式火鍋，為我們的味蕾帶來滿滿的溫暖。資深旅遊記者陳志東帶我們深入了解季節限定烏魚遊程，揭開烏魚子的神秘面紗，瞭解「烏金」的背後故事。

步道學者徐如林則帶領我們在秋高氣爽下登高，在大自然懷抱中放鬆心靈，瀏覽遼闊景致。而第二屆馬祖國際藝術島所散發的光芒，也是近年台灣觀光的一大焦點。

本期的專欄文章中，收錄李敏勇老師的《北大武山》，帶我們領略壯麗山水，感受大自然的壯美與靜謐。謝金河社長則與我們分享冬天不可錯過的溫泉之旅，在寒冷的季節裡擁抱溫暖。作家魚夫則為我們揭開夜市必比登美食的驚奇之旅，感受餐桌上的多元風味。同時，2023 ITF 台北國際旅展也是每年度不容錯過的台灣旅遊盛事。

經歷了初春、盛夏和金秋的旅程，各位朋友是否跟著台灣觀光的步伐周遊了這片美麗土地呢？這個冬季，讓我們隨著涼風一同開展新的探索，尋找更多令人流連忘返的台灣角落。

祝旅途愉快！Bon voyage!



News

03 編輯室的話

台灣小知識

06 來台灣吃火鍋—毛奇

Cover Story

12 烏魚子，台灣人共同的滋味記憶—陳志東

18 紅葉、白芒、溫泉，
來場涼爽的淺山輕旅行—徐如林

22 馬祖國際藝術島
第二屆「生紅過夏」今秋登場—馬祖國際藝術島



Column

26 米其林必比登推介的夜市美食—魚夫

30 台灣詩選——大武山—李敏勇

32 七星山滌盡塵俗的美—謝金河

34 《Fountain 新活水》專欄—新活水

Let's Go

36 2023 ITF 台北國際旅展
11/3-6 南港展覽館—館盛大登場

New Members

38 京都旅行社有限公司 / 金建旅行社 /
麗緻國際旅行社

TVA

TAIWAN
VISITORS ASSOCIATION
台灣觀光協會

會長 / 葉菊蘭	副會長 / 蘇成田、凌瓏、莊豐如	發行人 / 葉菊蘭
編輯顧問 / 簡余晏、鐘逸寧、陳婷妤、張仲宇、戴宜光	行銷宣傳 / 李宜潔	
插畫 / 麻雀日記	美術編輯 / 一格台灣股份有限公司	
製版印刷 / 紅藍彩藝印刷股份有限公司		
本刊為財團法人台灣觀光協會會刊	本期發行日期：2023 年 10 月號	
中華郵政北豪字第 1692 號執照登記為雜誌交寄		
郵政劃撥 0004968-7 號	訂價 每本 140 元	
發行所 / 財團法人台灣觀光協會	地址 / 台北市忠孝東路四段 285 號 8 樓之 1	
電話 / 02-2752-2898	傳真 / 02-2752-7680	網址 / www.tva.org.tw

OMAR
SINGLE MALT WHISKY

單一麥芽威士忌

台灣 好威



波本花香



雪莉果乾



煙燻焦香

台灣的熱帶風味，每一口都是驚艷



禁止酒駕  酒後找代駕平安送回家

來台灣吃火鍋

文 | 毛奇

台灣人愛吃鍋，喜歡喝湯，火鍋結合這兩點，還多了「現場動手烹調」的樂趣，非常受到歡迎。看到眼前的湯鍋，噗噗冒出滾泡，安排食材下鍋順序——根莖類、耐煮蔬菜先下，肉片要恰到好處拿起來，最後放上的老油條有人喜歡吸飽湯汁，有人喜歡保持酥脆口感，一樣是弄熟，個人口感偏好得以發揮。火鍋亦可豐可簡，傳統上火鍋是一桌子人吃的，現場涮熟、搭配醬料，現煮現吃，是滾燙的流動盛宴。因此吃火鍋也是熱鬧滾滾的——人多，鍋中材料就能多，一鍋湯隨著食材釋放精華，湯頭更顯鮮甜濃郁。

但適應台灣工商業化生活型態，個人鍋其實是現在台灣最常見到的火鍋類型，這意味著吃火鍋，不需要等人數到齊，自己起心動念走進店裡，就能夠享受。個人鍋從價格百元以下的三媽臭臭鍋，到食材高檔、客單價落在 1,000-5,000 元的橘色涮涮屋，客人都絡繹不絕。雖然網路上流傳一時的「國際孤獨指數」裡，自己一個人去吃火鍋名列入選十名中的第五名，但個人鍋的愛好者，喜歡的就是自己的湯頭自己決定，不與人分食與交際的清潔樂趣，因此也特別適合隻身旅行者。

選擇下餐吃鍋，在決定要一個人吃，還是要多人吃之後，終於可以開始討論有哪些特色火鍋類型了。從地區來分，台灣各地有些知名的類型火鍋名勝，非常值得旅遊時造訪。以下——道來：



石頭火鍋

石頭火鍋的特點，在於一開始服務員會幫客人在鍋中下麻油，炒蒜頭、洋蔥與所有的肉片，才注入湯底，接著放入客人在開放式冰櫃檯自選的火鍋料。在台北有好幾家歷史悠久的石頭火鍋，比如小紅莓火鍋城，西門町的雅香火鍋、曾德自助火鍋，還有號稱是台灣第一家的小火鍋店，創立於民國 70 年的天喜火鍋城，可說是伴隨戰後台北人成長的老味道。但石頭火鍋不獨台北人所有，若造訪港都基隆，義美自助火鍋城是不同世代基隆人的最愛，用餐時間造訪大排長龍。在基隆吃石頭火鍋，樂趣在於基隆特色火鍋料的蛋腸（腸衣中注入調味蛋液，煮起來鵝黃渾圓如馬卡龍）以及魚餃，還有新鮮的魚貨。



沙茶火鍋

說到魚餃，這款廣東汕頭人帶來的小食，基隆出名廠商有三記魚餃，美食古都台南也有魚餃，因為形狀層疊，稱之為「魚冊」。以現撈魚貨跟豬肉製成魚餃，是沙茶火鍋的最佳拍檔。沙茶，跟東南亞的「沙嗲」醬有相仿的身世，潮汕人改良沙嗲醬的成份，減少花生、東南亞糖類，加入海產乾貨：蝦米、扁魚，以及中藥五香香料調製。以此作為湯鍋鍋底，製成在台灣滾燙的一鍋汕頭人家鄉味。沙茶火鍋在各城市皆有老店：台北西門町清香廣東汕頭沙茶火鍋、台中中城的陳沙茶火鍋、台南小豪洲沙茶火鍋、新竹城隍廟的西市汕頭牛肉鍋，享用魚餃和新鮮牛肉片牛肉丸。其中台南的沙茶火鍋，蝦米、扁魚豬骨煮成湯頭，沙茶多豬肉成分，主要出現在蘸醬，而非湯頭，這是跟其他沙茶火鍋不同之處。

酸菜白肉鍋

火鍋鍋子裡，長得最有戲劇效果的，是東北風格的酸菜白肉火鍋。

酸菜白肉火鍋，中間有個長長的煙囪，裡頭丟上燒紅的炭火，熱湯就在旁邊一圈護城河般裡滾沸。控制溫度高低的方法，不是手轉電磁爐的旋鈕，而是控制煙囪蓋子。冷冷的天裡，把發酵的酸白菜當成湯底，配上金黃蛋餃，豬五花，特別解膩、耐吃。搭配的醬可以用腐乳醬，芝麻醬。台灣比較有名的店家是台北東區的圍爐，前國營餐廳台電勵進火鍋。台中也有一家特別的清真恩德元餃子館的牛肉火鍋，也是使用這種中間有大煙囪的鍋子，這間屬於穆斯林後裔料理，鍋子一圈滿滿堆上牛肉塊與牛肉丸，豪氣非常。



麻辣鍋

再講到麻辣鍋。麻辣鍋是漂浮紅色油脂的挑戰賽，是吃鍋，也是大汗淋漓的餐桌運動。

傳統麻辣火鍋源自於四川重慶，以牛油為鍋底，加入內臟、大量香料煉製。台灣天氣並不寒冷，但潮濕的環境，跟四川發源地氣候類似，可能讓台灣人特別著迷這款料理。第一家麻辣火鍋是台北東區的寧記，接著以宵夜場賣出名的藍記麻辣火鍋（現在在金山南路上），接著台中的鼎王麻辣火鍋帶來風潮。

火鍋店在中台灣城市的成功，不止於味美，還以挑高的華麗建築、雕塑品、流水、燈光與裝潢背景，創造了屬於台中人吃火鍋獨特的餐飲空間體驗。如果來台中，除了珍珠奶茶，一定要試試看與其他地方截然不同的空間吃火鍋。

毛奇

台灣人類學訓練，義大利慢食大學食物行銷與溝通碩士。
作家，記者，煮飯，提供吃飯的觀點。
經營有「深夜女子公寓的料理習作」粉絲頁，出版有同名書籍，專欄散見報章雜誌。

原住民的野菜鍋

東海岸的阿美族，則有一款野趣十足的「野菜鍋」。若有幸造訪馬太鞍濕地，或是豐濱海岸，廚師會端上用葉鞘折成的容器，裡面注入清水、大量的採集野菜、海鮮，投入從火堆裡烤得炙熱的石塊，一下子煮沸一汪野生食材的海洋，再用辣椒鹽巴水調味。清淡有致，運用原住民食物知識，具有環境永續的天然質感，是花裡的隱藏美味。



季節限定：羊肉爐、薑母鴨

除卻以上以地區、族群文化特色區分的鍋類。台灣的火鍋也是有季節感的。羊肉爐、薑母鴨的生意，常常店家一年只做半年，入秋冬亮起招牌，羊頭和番鴨的霓虹燈閃亮，用大陶甕裝上燉煮好的鍋底，藥膳和老薑味特別地暖身。這類火鍋店很多保留矮桌矮椅，人們依偎成一桌，好像又更親近了。

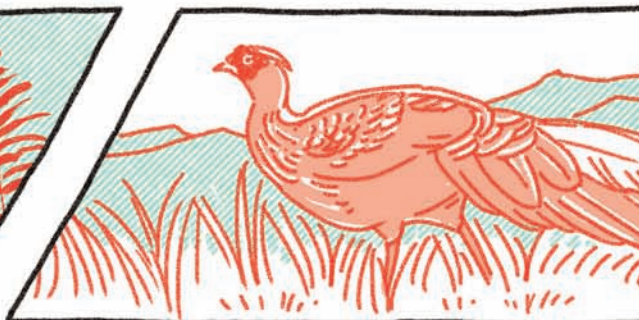


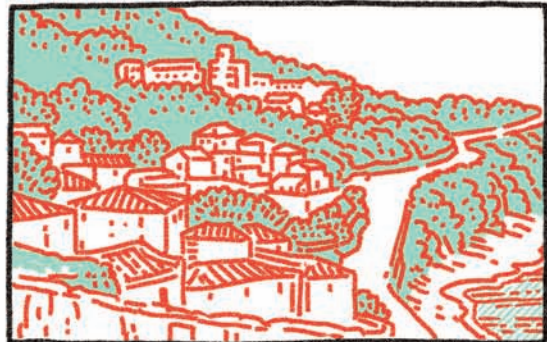
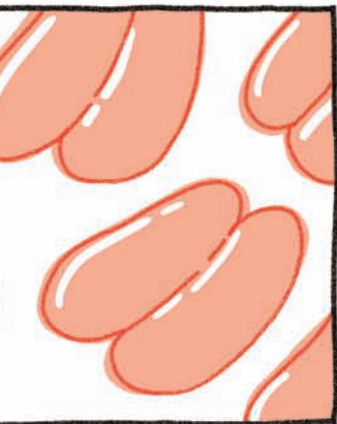
以上是來台灣吃鍋，特別建議留意品味的特色鍋物。但餐飲時時刻刻創新，加入臭豆腐與豬血的臭臭鍋，台南名產牛肉湯延伸成的現宰牛肉火鍋，融合日式火鍋手法，把鍋底加入米飯收成「雜炊」，也都是饕客們必須筆記的火鍋美味。一年四季，台灣各處，必定能找到這麼一鍋，完成吃火鍋的旅行任務。





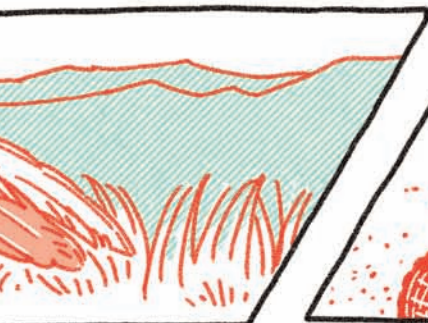
冬日散步





沒有突如其來的暴雨或豔陽曝曬，台灣微涼的秋冬最適合怕流汗的朋友出遊！

本期封面故事邀請您一同「冬日散散步」，介紹適合在寒冷冬日裡漫遊的目的地，一起隨著涼風探索冬日風光，品味地道美食，感受台灣的寒冷韻味！



烏魚子

台灣人共同的滋味記憶

文、攝影 | 陳志東

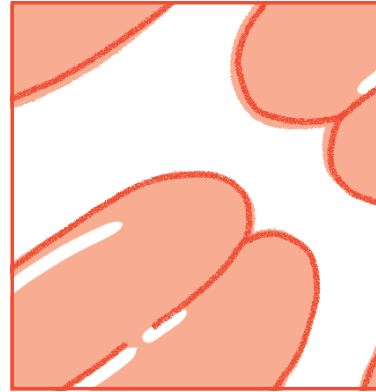
首 先問一下，烤烏魚子時，你是去膜派？還是不去膜派？

烏魚子去不去膜是個爭執很久的問題，也是各有見解的問題。但先要回答的是，那膜是什麼東西。

那膜其實來自烏魚子本身，當卵在烏魚體內形成時就同時會有這層「卵袋膜」將魚卵整個包覆，但在後續的綁線、除血、清洗、鹽醃、曝曬、風乾、重壓定型等加工過程中，這膜很容易破裂，因此漁民會利用灌香腸的那種腸衣為烏魚子貼補整形。

也因此，去膜派認為這膜已不單純是烏魚子膜而是混雜豬腸衣，且曝曬加工過程中有太多灰塵，一定要剝掉。不去膜派則認為這膜可在燒烤過程帶來焦香脆口感，堅持保留。此外，有這一層膜，在燒烤過程一定會對火候穿透與油脂噴散造成影響，有人認為去膜再烤更香，也有人認為保留膜更利於火候控制帶來外焦內嫩口感，各有各的道理。

所以結論是，去不去膜沒有一定準則，反而是個樂趣，很適合在燒烤時把烏魚子兩瓣分離，一瓣去膜一瓣不去膜，然後讓同桌親友現場評比，更添歡樂。



近看烏魚，大眼相當可愛。



在水中充滿力與美的烏魚。



一些關於烏魚與烏魚子的故事

烏魚子可說是台灣人共同的味覺記憶，也是延續了 300 多年的產業，但事實上，烏魚子怎麼產生卻多數人不是那麼清楚。

烏魚子的生長發育跟「時間」息息相關，並因「溫度」決定品質。每年秋冬，野生烏魚卵泡開始發育，並從中國長江流域一帶順著洋流南下，在 12 月冬至前後游到台南、高雄一帶達到最成熟。這時如果天氣夠冷，烏魚卵就會大片且油脂豐厚，但如果不夠冷或海中食物不足，烏魚卵泡依然會成熟，但就不會又大又香。重點是，這卵不是多等個幾天到天氣涼一點就會變大，而是它有一個繁殖需求的高點，只要這高點一到卵就會排出。

這幾年野生烏魚因中國漁民在北邊就加以搶撈，無節制過漁導致加上在產卵期大量捕撈，野生族群正大量減少，目前台灣烏魚子大約 9 成都是養殖。

養殖烏魚生理結構與野生烏魚類似，但因營養豐富與環境穩定，所以都比野生烏魚提早 30 到 45 天就達到卵泡成熟。也就是，每年 11 月初台灣養殖烏魚卵就跟日本紅葉一樣，一路從北往南轉黃轉紅，首先新竹竹北開始，接著是彰化鹿港雲林口湖、嘉義布袋、東石、台南將軍、七股，直到高雄畫下句點，時間約到 12 月，接著由野生烏魚接續登場。

在這段期間，養殖漁家會天天檢查烏魚卵泡狀況，一判斷已到成熟高點就殺魚取卵。但這些年氣候暖化，11 月還很多人穿短褲短袖，所以養殖戶面對很大的兩難。難的是，如果天氣還暖就殺魚，取出的可能都是一片只有 4、5 兩的標準烏魚子甚至更小，烏魚要養 3 年才能產卵，7、8 兩以上的大片烏魚子才有好價格，如果明知今年它的卵很小卻又硬殺，可能 3 年努力就此血本無歸。

但若此時不殺魚取卵，想多等幾天期待天氣轉涼，結果可能烏魚體內的卵就排掉了；然後漁民要再多花一年時間飼養，而這一年的水電與飼料費用成本堆疊，以及明年此時是否天氣會夠冷，誰也不知道。

台灣最大的烏魚養殖地是雲林口湖，這些年漁民幾乎年年面對這個兩難，卻最終不管殺或不殺，總因氣候太暖每年都賠，台灣烏魚養殖戶正開始銳減。

竹北九降風烏魚子 異軍突起

許多人不知竹北也產烏魚子，事實上這裡從 1990 年代就已投入烏魚養殖，目前年產約 15 萬尾佔全台產量 6%。因緯度偏北氣候冷涼，烏魚較有機會結出較大又油脂豐厚的烏魚卵，加上近年台灣養殖漁業技術大幅邁進，取出的烏魚子不只毫無土味，加上九降風吹得乾透，種種原因讓竹北烏魚子正在走紅。

野生烏魚生活在大海，運動量足且食物多樣，風味層次較多，而養殖烏魚最大特色就是食物與環境穩定，因此或許不像野生烏魚子風味層次多，但香氣遠勝。更大特色是，養殖烏魚從魚塢撈起到送進處理場取卵，車程通常只在 1 小時內，不但新鮮度遠勝野生烏魚，撈捕過程還會幫烏魚一隻隻放血，不像野生烏魚因船上空間小難作業，烏魚死亡時血液都會乾涸在血管內，因此養殖烏魚子幾乎都沒有腥味。

更重要是，毫無節制撈捕野生魚類，已讓海洋生態岌岌可危，且吃烏魚子就是吃魚卵，對其族群繁衍造成很大壓力。目前台灣已有很好的烏魚養殖技術，請大家儘量放過野生族群，且試過就知道，現在養殖烏魚子品質已絲毫不輸野生。



竹北養殖烏魚收成步驟

- 步驟一、前一天確認烏魚結卵狀況良好，隔天天還沒亮，工作人員下池勘查狀況
- 步驟二、建立一個暫時的魚網以利後續將烏魚集中
- 步驟三、工作人員分站兩側，由魚池另一頭把魚網逐漸往另一池邊收攏，將烏魚集中



- 步驟七、烏魚累積到一定數量後，由卡車送往位於福樂休閒漁村旁的烏魚處理場倒出，這是最吸引攝影師的烏魚瀑布畫面
- 步驟八、烏魚倒出後，可見一隻隻都仍維持明亮清澈眼睛，訴說著新鮮
- 步驟九、烏魚都倒出後，已等在處理場的婆婆媽媽們會手持烏魚刀開始剖腹取烏魚卵





左圖：
好的烏魚子會類似這樣光明透明無雜質

中圖：
品質較差的烏魚子會有血痕刮不乾淨現象，容易有腥味，或有時血液進入魚卵中會造成血子

右圖：
品質更差的烏魚子叫「油子」，這是魚卵太過成熟準備排出前的狀況，這樣的油子曬不乾。以前很廉價，近年鹹魚翻身變成很好的烏魚子蘿蔔糕或烏魚子炒飯原料

每年 11 月初是最好的竹北烏魚採收觀賞期，台灣休閒農業發展協會的「農遊超市」農業旅遊入口網，固定會在此時辦理烏魚子特殊行程團，從清晨的打撈、載運、烏魚瀑布等產業鏈觀賞，之後發給每人一尾大烏魚跟一把烏魚刀，讓遊客自己剖腹取卵、綁線、清血管、醃漬，最後交給主人照顧到乾透與定型完成，並在過年前宅配到府。

透過這烏魚子製作各步驟的理解與實際體驗，很多烏魚子好壞差異的細節就會很清楚，相關的烏魚自動轉換性別等有趣生物故事也能聽主人說分明，是很有趣的食農教育。更實用的是，漁場主人還會教大家怎麼一把噴槍輕鬆烤出焦脆又帶溏心黏牙的美味烏魚子。



步驟二



步驟三

步驟四、烏魚集中後會全部電暈，避免撞擊受傷，之後一隻一隻以銳利鐵條插入魚腮中放血除腥味，是最不得了的血腥階段

步驟五、烏魚放血之後，會逐一集中進網後由吊車吊起送進一旁裝滿冰水的卡車中保鮮

步驟六、將烏魚吊起送進裝滿冰水的卡車中保鮮



步驟六



步驟九

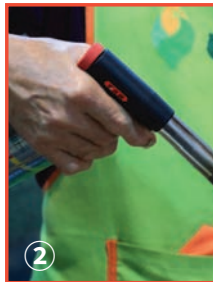
烏魚子製作過程

- 步驟一** . 劃破魚腹取卵。
- 步驟二** . 烏魚子取出後可見血管與開口，必須立即把開口處綁線封上，同時刮掉血漬。
- 步驟三** . 魚子綁線與清潔，這是關係到後續形狀完整與是否有腥味的最重要關鍵。
- 步驟四** . 醃鹽，時間太長或鹽量太多，烏魚子容易過鹹，時間太短或鹽量不足，烏魚子內的水出不來，容易腐壞，這是影響烏魚子口味的關鍵步驟。
- 步驟五** . 清洗與鹽醃後要到陽光下曝曬，依天氣與風力約持續 5-10 天不等，期間還要不停重壓定型與補膜衣。



烏魚子製作體驗之旅

- ① 透過高酒精度的高粱酒點火，就可直接燒烤烏魚子，但容易有火力太小時間拉長的過乾問題。
- ② 透過噴槍大火可迅速把烏魚子表面烤焦脆且內在軟嫩，是目前最簡易且效果很好的燒烤方式。
- ③ 每年配合農遊超市辦理烏魚子體驗活動的福樂休閒漁場郭班長。
- ④ 除了烏魚子，烏魚腱（烏魚的胃）也很受饕客歡迎。
- ⑤ 每年配合農遊超市辦理烏魚子體驗活動的福樂休閒漁場。
- ⑥ 很受遊客喜愛的農遊超市烏魚子體驗活動。
- ⑦ 除了秋季的烏魚子製作體驗活動，竹北福樂休閒漁村在其他季節也推出烏魚丸 DIY 體驗活動，黃色是烏魚魚漿加上薑黃，紅色則加入紅糟，色彩與滋味都更豐富，也讓烏魚全魚利用。



烏魚子料理手法

一般說來，最常見且快速的料理方法就是用噴槍大火快烤，步驟說明如下：

- 1. 解凍**：烏魚子是乾貨，但也是海鮮，平常請一定放冷凍保存，至少可放一年沒問題。準備烤烏魚子的前一天將其移到冰箱冷藏室讓其緩慢解凍，接著在準備要烤之前 30 分鐘放到室溫，讓烏魚子裡裡外外都恢復到跟室溫同溫度。
- 2. 去膜**：去膜不去膜都行，建議最好的方式是將烏魚子的兩瓣，一瓣去膜一半不去膜，透過比較與測試瞭解自己的喜好。
- 3. 泡酒**：以往泡酒作用是去腥與增香，但現代養殖烏魚子大多沒有腥味，因此泡酒主要是帶來香氣。很多酒類都適合，58 度高粱、米酒頭、一般米酒、龍舌蘭、威士忌、帶泥煤味的威士忌、帶海鮮味的台灣琴酒、帶柑桔風味的伏特加... 等等都行，可以自己多加嘗試，用不同酒泡並比較滋味創造樂趣。切記只要薄薄一層酒泡 1 分鐘就夠了，最忌諱用大量的酒泡超過 5 分鐘，會把烏魚子都泡爛。

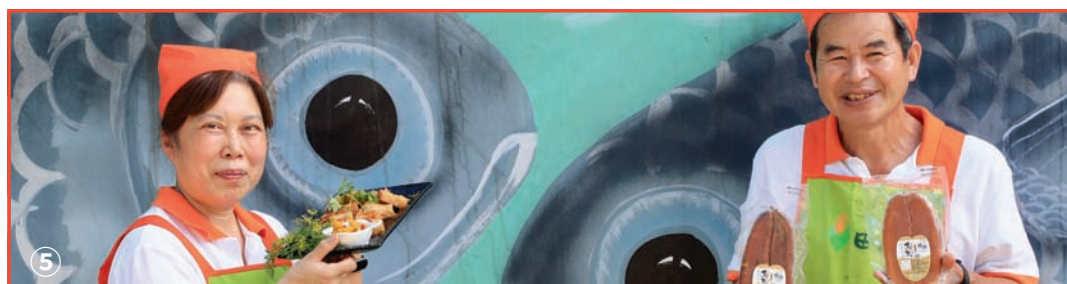
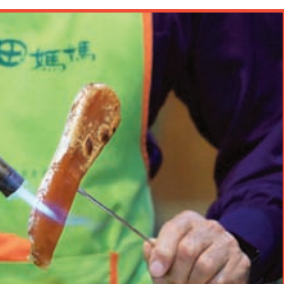




步驟三

步驟四

步驟五



用斜刀或立起來切的烏魚子，可以更大片好看。



把烏魚子立起來切，很容易切出大片。

4. 噴槍炙燒：用大火把烏魚子表面烤到變色出現焦脆感即可。一片烏魚子前後大概 30 秒就能烤到兩面焦脆漂亮，內部溏心三分熟，非常好吃。如果想追求變化，也可以把火力轉小，小火慢烤，這會讓內部都烤到乾透，吃起來乾硬脆香。

5. 分切：可以直切切小片、或斜刀切大片，或把烏魚子立起來切特大片都行。至少要有 0.7 公分以上厚度，口感與香氣才會好一些。

6. 配料：好的烏魚子單吃就美味，若想增添口感，冬天年夜飯可以試著搭配蒜苗、白蘿蔔、蜜棗等帶脆感的當季蔬果，中秋節燒烤烏魚子則可試試搭配蘋果或水梨，非常隨性。

7. 更特殊的吃法：全球吃烏魚子的國家不多，主要是台灣、日本、義大利等。義大利有些會封臘熟成，也有的吃法是不再炙燒，直接切薄片淋橄欖油，很特別。

另一種方式是中山對酌私廚餐廳曾示範的作法，用君度橙酒浸泡一分鐘讓烏魚子帶柑桔味，接著上面灑三溫糖，再用小火慢烤表面讓糖焦糖化，然後進冰箱冷藏 30 分鐘，取出後的烏魚子上面附著一層焦糖，吃起來淡淡甜淡淡鹹，還能搭配檸檬薄片一起入口，好吃極了。

紅葉、白芒、溫泉 來場涼爽的淺山輕旅行

文 | 徐如林



時 進入秋天，夏季的酷暑澳熱已漸散去，人們紛紛走出冷氣房，開始享受一年中最適宜戶外輕旅行的時光。

秋天不只氣候舒爽宜人，對於慣看亞熱帶蒼翠山林的國人來說，此時的紅葉與白芒，帶來北國的氛圍，讓人感受溫帶旅遊的趣味。如果在健行賞景之餘，還能浸泡於氤氳溫泉來舒緩身心，那真是人生至高的享受啊！

以下將介紹兩條適合輕旅行的步道，讓讀者利用短短的一、二天，享受紅葉、芒花、溫泉的秋冬之旅。



新竹尖石鄉的「霞喀羅古道」

新竹尖石鄉的「霞喀羅古道」原本是泰雅族部落間的連絡要道，日治時代拓修為警備道路，沿線有杉林、櫟林、竹林和山櫻花，而最令人稱道的就是楓香純林與紅葉地毯。

整修完成的霞喀羅古道全長二十二公里，因為平易近人而被選為第一條國家步道。但這長程步行僅適合健腳型的山友，做為輕旅行的路段，我們只走前面的 5 公里。

建議第一天先到尖石鄉秀巒村過夜，這裡是淡水河源流的兩大支流塔克金溪與薩克亞金溪的匯流點，原名控溪。秀巒有溪底溫泉，近年來抽取溫泉開設不少溫泉民宿，在這裡過夜，不只享有山水之勝與泡湯之樂，還有原住民的熱情，以及能搶先看到美麗的楓紅。

在民宿放好行李，可以輕裝前往控溪吊橋賞景。在控溪吊橋，你最先看到對岸的楓香純林與錯落在溪谷兩岸山壁上的其他紅葉樹。此外還有一塊被稱為「軍艦岩」的巨石，彷如鐵達尼號船首，昂然自紅葉深處航出。

台灣尖葉槭與台灣紅榨槭是最早變紅的樹種，每年十月起，從海拔五百公尺到二千公尺的溪谷兩旁，都可以看到整株鮮紅色槭葉，大量落葉堆積在步道上，成為健行者津津樂道的「紅葉地毯」。

葉形似手掌的青楓，是大家心目中最典型楓葉，它的分布很廣，從平地到二千多公尺的中高海拔都可以看到。

與上述自然生長的楓屬植物不同，金縷梅科的楓香，往往是大面積純林，台灣能有這樣的楓香純林，起因是五、六十年代興起的段木香菇種植熱潮。楓香樹本來是種來用於培育香菇的段木，沒想到後來被低成本的「太空包香菇」打敗，只好留下來轉為美麗的「風致木」，深秋時節整片山坡的火紅，成為年度賞楓盛事。

回到民宿，泡湯、吃原民風味晚餐時，可以請民宿主人代辦明天中午的「獵人便當」。獵人便當依時令，會用竹筒、竹葉或月桃葉包成長條狀，內有香菇、苦花魚、山豬肉、桂竹筍等當地特產，當你走到預定的折返點「馬鞍駐在所遺址」，在楓香林下享用獵人便當，真是別有風味呢。

第二天起早，從秀巒開車到養老登山口，停好車，開始走五公里的緩坡步道，經過栗園彷彿臥虎藏龍的竹林，不久，就可看到整片山坡的楓香純林。五公里雖是折返點，行有餘力的話不妨多走一公里，從對面山稜回望馬鞍，會有值回票價之感。

秋天也是甜柿的收穫季節，相信在沿途看到掛滿枝頭橙紅的甜柿，誰都會想買一些回去分享親友吧。



秀巒的軍艦岩



淡水河的源流：塔克金溪（左）與薩克亞金溪

台灣最美的山毛櫸森林「宜蘭太平山」

台灣的紅葉植物，主要有尖葉槭、紅榨槭、青楓、楓香，還有較少人知道的山漆，此外，秋葉轉為橙黃色的山毛櫸，也是近年來很多人追逐的秋天的顏色。

台灣最美的山毛櫸森林，就在太平山，有名的山毛櫸步道，很多人渴望一親芳澤，卻苦無機會，原因是太平山的住宿容納量不多。除了提早訂房、選擇非假日上山，另外，就是選擇住宿在鄰近的棲蘭山莊、英仕山莊等，早一點出發就可以。

其實，往太平山途中還有一個秋天最美的風景，就是蘭陽溪床上，連綿如積雪的甜根子草。

台灣的芒花最常見的有三種，除了夏季開花的五節芒（又稱午節芒），另外兩種都是帶來滿滿秋意的芒花。在山稜上的是隨風搖曳如波浪的白背芒，例如著名的草嶺古道，每到秋天就會舉辦芒花節活動。而台灣最北的大屯山系，每到秋天也是芒海如浪的景象。

甜根子草是甘蔗的近親，經常大面積的長在溪床上，未開花結果時常被忽視，然而秋天一到，一片白茫茫花海，總讓人驚豔。

說起來我們看到的白芒並不是花，其實是開花後的「穎果」，這些禾本科植物的果實很瘦小，果上的芒倒是非常多而長，秋天時，成穗的白背芒和甜根子草果實，藉著長芒讓風為它們散布種子，也讓我們欣賞美麗的白芒花海。

開始上太平山的車道旁，是日本時代就素有盛名的「鳩之澤」溫泉，現在名為仁澤溫泉，這是遊過太平山後最佳的休息泡湯之所。

車過半途，左方是老少咸宜的「見晴懷古步道」，見晴是日語「展望風景良好」之意，太平山原本是日治時代台灣三大林場之一，當年有很多運材用的森林鐵道，見晴步道就是特別保留下來的一小段，全長僅一公里，很值得停車下來走走，所展望的壯麗風景，就是雪霸國家公園的高山群峰。

在太平山，可以搭乘昔日森鐵改裝成的蹦蹦車，可以走翠峰湖環湖步道，欣賞只在秋冬時能窺全貌的翠峰湖。當然，我們的目標是山毛櫸步道，步道口就在湖畔翠峰山屋旁，全程 3.8 公里，步道常年濕滑，要穿防滑休閒登山鞋。

秋高氣爽的日子是全年最好的登山季節，古人選在九月九日重陽節登高，是有道理的。現代交通方便，整個秋日都是適合出去走走的好日子，希望今年在賞景的輕旅行山徑上見到你。有杉林、櫟林、竹林和山櫻花，而最令人稱道的就是楓香純林與紅葉地毯。



徐如林

1954 出生，1969 年起開始攀登高山，1975 年起，每周在中國時報撰寫旅遊專欄 7 年。以往 30 多年，與楊南郡接受各高山型國家公園與林務局委託，進行古道與相關人文史蹟的探查，貫徹立足於台灣的全面性研究理念。目前擔任國立台灣博物館導覽解說志工。

散文著作：孤鷹行、與子偕行、尋訪月亮的腳印、連峰縱走。

報導文學：布農抗日雙城記、能高越嶺道、浸水營古道、合歡越嶺道、霞喀羅古道。



- ① 太平山 - 茂興懷舊步道
- ② 草嶺古道
- ③ 太平山 - 楓紅
- ④ 太平山蹦蹦車
- ⑤ 見晴懷古步道
- ⑥ 太平山蹦蹦車



馬祖國際藝術島

第二屆「生紅過夏」今秋登場

圖、文 | 馬祖國際藝術島

繼 2022 年第一屆馬祖國際藝術島「島嶼釀」，向台灣各地遊客展露馬祖豐厚的文化韻味後，今年（2023）主題定為「生紅過夏」，呼應第二屆經歷發酵與淬煉的過程，屬於馬祖的島嶼博物館正在藝術的醞釀下成形。

「生紅過夏」(tshiang ngoyng、kuo、ha^)，是以閩東語講述馬祖家釀老酒釀製發酵過程的一句俗諺。「生紅」指的是冬天新釀老酒，開罈過濾後的酒汁呈現桃紅色澤；「過夏」暗示唯有經過細心地保存，才能通過夏天的錘鍊，化作帶琥珀色澤、更溫潤順口的馬祖老酒。

今年馬祖國際藝術島帶來超過 65 件藝術作品，範圍從原先集中的南北竿，擴展到馬祖四鄉五島「島島有作品」。除此之外，還有更多元的展現形式，國際舞劇團登島演出、在地藝術共創活動、新銳創作者駐地創作，飲食手藝工作坊等活動在整個展期間輪番上陣，讓每天都是登島的最佳時機！



本屆「生紅過夏」主視覺，由 FOFICE 馮宇設計操刀，書法名家陳合成題字 Photo credit: 馬祖國際藝術島



日本藝術家高橋匡太造訪東莒國小進行創作前的田野調查

疫情解封走向國際 日韓法德藝術家參展

疫後復甦的 2023 年，馬祖國際藝術島積極邀請世界各地藝術家前來創作。日本藝術家高橋匡太展出作品《前往雲的故鄉》，由馬祖的小學生與日本男木島的小學生跨海共創，看見「島上只有一所學校」的海島學生獨特的生活經驗。另外還有來自法國的藝術家艾瑪·杜松（Emma Dusong），以祈夢儀式的歌曲，帶來地中海與馬祖閩東話記憶的特別交流。

同時，馬祖群島過去作為兩岸冷戰的前線，遍布島上的坑道與碉堡，如今也轉化為南韓、日本與德國藝術家的創作場所與靈感來源。德國藝術家拉斯·科普索（Lars Koepsel）以島上隨處可見的精神標語為發想，透過工作坊讓民眾一起發想標語，「由下而上」將原本不起眼的查哨點轉化為藝術創作。日本藝術家胡宮雪娜作品《和平小菜一碟》則透過巨大的氣球裝置藝術，吸引觀眾駐足打卡之外，反思戰爭與和平的矛盾綜合概念。



日本藝術家高橋匡太《前往雲的故鄉》在日本展出照片（照片由藝術家提供）



本藝術家胡宮雪娜《和平小菜一碟》作品模擬照（照片由藝術家提供）

藝術「轉厝」 說馬祖人家的故事

「轉厝」是閩東話回家的意思，呼應「生紅過夏」讓藝術成為地方酵母的概念，邀請創作者進駐四鄉五島的聚落空屋，讓過去難以窺見的，馬祖人家最真實、最貼地的生活記憶，透過藝術創作向全世界的遊客展現。

有「南竿最美聚落」之稱的津沙村，建築師梁豫漳以馬祖家家戶戶都有的老酒玻璃瓶為素材，重現酒瓶修補破損房舍的建築語彙，搭建「打開」老酒玻璃屋，不僅成為結合藝術與絕佳海景的新打卡景點，也為聚落居民留下夏天乘涼聊天的公共空間。

另由國立新竹生活美學館公開徵件的「藝術游擊」駐村計畫，邀集全台各地的藝術新銳創作者，用一個月的時間實際走訪北竿、西莒與東莒等聚落老宅，並舉辦居民互動的工作坊，看見居民日常生活裡的「非日常觀點」。



轉厝計劃「打開」老酒玻璃屋預計在津沙聚落展出



迴島嶼吧「風塔回鐵板」大型藝術裝置，邀請鐵板村村民一同共創之作品



迴島嶼吧「東引設計島」全台最美門牌設計，獲國際大獎肯定

在地青年「迴島嶼吧」東引老宅華麗轉身

從去年的東莒交棒東引，「迴島嶼吧」計劃讓在地青年持續發聲與看見島嶼的美好。由「鹹味島合作社」的蔡沛原擔任策展人，以設計回應「地方文化故事」的消失與重生，再以共創設計解答「地方人口」的消滅與重建。不只有「全台最美門牌」，更進一步邀請台灣知名設計與藝術團隊，對古色古香的林家公館、充滿海味記憶的漁港貨櫃等地標進行改造。

走入東引漁港碼頭、忠誠門一路延伸到中路老街的宅邸，搭配東引中路老街的美食、高粱，以及一線天、國之北疆、清水澳等最壯闊的海岸地景，「迴島嶼吧」策展計畫帶給遊客最精彩的「東引設計之島」。

味蕾實驗室 用舌尖品嚐馬祖風味

飲食，作為文化的一部分，同樣扮演了藝術島不可或缺的角色。飲食計畫「味蕾實驗室」邀請多位料理主廚、酒類專家、美學設計師及營養師共同攜手，從餐飲業者輔導、味蕾共學工作坊，進到老人共餐，精煉輸出兼具風土與品質的菜色；還有旅人專屬的「馬祖風味餐盒」，由馬媳姐妹將家常口味的老酒、紅糟、魚鮮、海菜、蕃薯等經典元素，轉化成所有人都能品嚐的在地好滋味。

此外，味蕾實驗室特邀孕育出「蛋黃酥界愛馬仕」的世界麵包大賽冠軍陳耀訓師傅，在上島採集後，創作專屬在地風土麵包，同步於台北的陳耀訓麵包埠與馬祖在地店家等處於展期間限定推出販售，喜歡特別風味麵包的觀眾不容錯過喔。

國際級表演團體共襄盛舉 在地演出好戲不斷

開幕演出《心願》由胡嘉豪、常芳容兩位雙人高空馬戲藝術家共同擔綱，結合馬祖書法名家陳合成老師現場揮毫，當日更有 6 公尺高的巨輪演出，由 UNI 優尼客當代馬戲團精心呈獻。

10 月國慶連假有布拉瑞揚舞團、優人神鼓連番上陣，後續 11 月周末還有舞蹈空間、FOCA 福爾摩沙馬戲團等，周末更有檔檔好戲，延續去年的在地表演能量。由小島旦劇團聯手台北愛樂文教基金會，規劃「飲·馬祖七杯酒」系列演出，邀請來自臺灣、馬祖和中國等地的優秀作曲家和藝文團隊一同參與，結合在地飲食，提供「一日馬祖人」的生活體驗。

(演出時間地點以藝術島官網公告為主)



優人神鼓《聽海之心》_林勝發攝影



蹈空間「往月的方向去」其中〈南之頌〉篇章劇照

馬祖國際藝術島 邀您一起賞玩馬祖的宜人秋景

第二屆馬祖國際藝術島「生紅過夏」，展期從 9/23 到 11/12，正好橫跨馬祖氣候最宜人的秋季，芒草地景、淡菜盛產季節，再搭配獨特的「秋慶」民俗三節，來馬祖體驗最慢活卻最深刻的戰地與海島文化，正是時候。

更多馬祖當地的交通及住宿資訊，歡迎關注馬祖國際藝術島官網，及官方臉書粉絲專頁，不定時有更多最新資訊公告給熱愛馬祖的你！

這個秋天，生紅過夏，日日皆宜，歡迎登島！



馬祖國際藝術島 Facebook



馬祖國際藝術島官方網站

米其林必比登推介的夜市美食

文、圖、攝影 | 魚夫

這 地球上的國家，有許多臨時性市集，但像台灣這般有常態夜市者並不多，而且還深受喜愛，米其林必比登來台評選，在北部，夜市美食是最被推介的庶民料理，其中饒河街夜市「中獎」的店家更是多。

2020 年米其林必比登的推介名單中，在台北部份，涵蓋了 31 處店家，其中藥燉排骨的品項中，饒河街夜市的「陳董藥燉排骨」和士林夜市的「海友十全」都蟬聯推介名單。

必比登推薦「陳董藥燉排骨」的理由是：「屹立三十餘年，以豬肋骨及中藥材燉煮而成的湯頭呈琥珀色，清甜溫潤。喜愛滋補者可來一客藥燉羊肉。」

台灣人的傳統觀念裡，至今仍有「有錢補冬，無錢補縫 (pāng)」的觀念，而英語裡也有句 What you eat is what you look like (你吃什麼就是你長的樣子)，看來吃形補形好像東西方都有人贊同，沒事吃點補無妨。

不過這藥燉排骨湯頭一定得濃郁，有些店家生意好、人潮多，便有稀釋的口感出現；其次排骨肉要軟嫩不塞牙，輕輕一咬就剝了下來，最後如有自製特殊口味的豆瓣沾醬，那就更完美了。



2018 年「東發號 油飯·麵線」就獲得台北米其林餐盤 (The Plate MICHELIN) 的推薦。東發號自稱是創立於 1937 年，記憶中最早是在松山福德宮的後面，現於斜對面有了自家的店面，賣的還是那三味：油飯、麵線和肉羹，肉羹的勾芡不是那麼濃郁，適合台北人口味吧。



2018 年有家「施老闆麻辣臭豆腐」入榜，賣的是麻辣臭豆腐和麻辣鴨血、腸旺，也可麻辣臭豆+鴨血+大腸，還有油炸臭豆腐等，但隔年就掉到榜外去了，得獎的好處是，用餐環境比從前好多了。



2019 年有家靠近塔悠路口無名紅燒牛肉麵、牛雜湯入選必比登推介。這家牛肉麵店攤上高掛卡通牛頭以供辨識，自雀屏中選後，加裝直立式黃底燈箱，上書米其林夜市美食，攤車前有 6 張椅子，旁有兩張方桌，食物端來用紙盒，乾麵、花干都可一嚐，只是老闆說，得了獎也沒那麼興奮啦，多做多累的啦，從此便不再蟬連，可是生意早已「沖沖滾」了。

饒河街必比登美食



牛肉麵攤車旁，還有一家麻糬，雖然不錯吃，但想不通夜市裡百百家，為什麼獨鍾麻糬，想來就是不必費心去問，吃過就冷暖自知了。

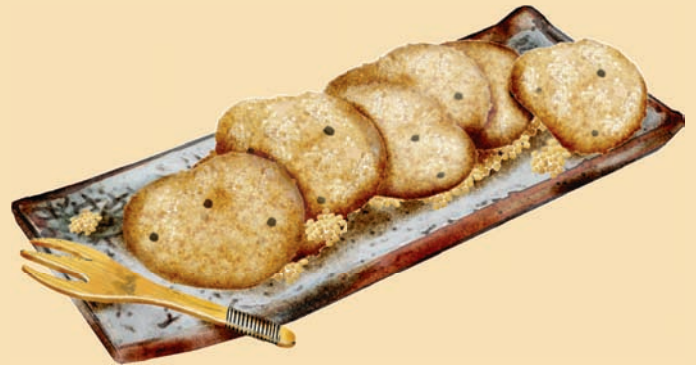
我是屏東林邊人，隔壁東港鎮上有一種名產雙潤糕，常搭著麻糬一起賣，因為兩者都是以糯米為食材，老闆告訴我好吃的秘訣就是要「舂」（台語：thing，搥打）得徹底才能打出彈牙的口感來，這就是麻糬好吃與否的關鍵了。

麻糬實實的沾料口味有芝麻、花生粉兩種，全部手工，只有攪拌過程是機器代勞。

福州世祖胡椒餅雖也曾經入榜，評語是：「胡椒餅現做現賣，皮薄香脆，餡料肉汁淋漓且充滿辛香胡椒味。極受歡迎，常見人龍。」不過在 2022 年卻落榜了，但生意仍然好得像要看電影般的九曲盤龍般的繞行才能買得到。

老闆吳玉成跟我說他 16、17 歲便入行了，當時因緣際會遇見一位福州師傅，學習幾年後別起爐灶，繞了台北街頭幾處地方，最後在夜市覓得今址打響名號，連香港人都來嚐鮮了。

有人說胡椒餅源自於波斯的一種發酵麵餅，翻譯成饅（ نون ）或南餅，是伊朗、中亞和南亞諸多民族的主食之一，作法是將發酵好的麵團壓扁，再以麵擀滾平，形狀通常是大如人臉的一張餅，講究一點的還要打印，印上些花紋，再將餅面刷過油後放入饅炕（吐努爾）裡貼壁烤熟，這和製作胡椒餅的過程非常相似，因此推斷是移入福建的穆斯林食物，衍化成今之胡椒餅。



著名夜市旁百年市場裡，CP 值最高的無名水餃店就藏在這裡啦！



阿國滷味是米其林必比登評審的最愛，連年上榜，屹立不搖，其實這家滷味從 1988 年創業伊始，至今在新北市樹林興仁花園夜市、新店安和國際觀光夜市和桃園市八德興仁夜市等，也都有設點擺攤，饒河夜市這家店其實在夜市外八德路上松山慈祐宮的右側，也是高懸招牌「心比登推介，夜市街頭小吃」必比登推介說「位處夜市入口，售賣各式滷味，其中鴨翅和脆腸大受歡迎，亦推薦爽脆清甜的玉米筍。」



魚夫

雙子座，不愛墨守成規。曾經擔任報社主筆、畫漫畫、電台主持人、電視台總監、動畫公司老闆等、成功大學兼任教授。年過半百之後，決定不再塞在人生的車陣裡，走一步算一步，決意繞道而行，樂暢人生慢慢活去，這才看見彩繪的世界，於是畫出來和大家分享。



鬼湖的戀情

巴冷公主和百步蛇王牽手

沉於森冷的湖底

百合花漂浮湖面

魯凱族的神話

編織大武山的浪漫形影

堅毅的臂灣守護國境之南

自然的父親看守田園風景



李敏勇

台灣屏東人，1947年生於高雄縣，以文學為志業，是著名詩人、文化評論人及翻譯家。

大武山

李敏勇

島嶼的脊椎北南縱向延伸成中央山脈

大武山雙峰高聳矗成終端

霧的台地在山腰集氣

朦朧之幕被光的手揭開



圖片提供：屏東縣政府

七星山滌盡塵俗的美

文 | 謝金河 (財信傳媒集團董事長)

陽明山大後院的各條路徑，一年四季都有不同的味道，我內心有個「陽明山草原全攻略」，外加11座碉堡，包括6座圓堡及5座潛堡，很多人都問我，怎麼去這15座草原？又或者，這15座草原，哪幾個最值得去？

如果從草原之美的角度，我首推3096草原，坐在草皮上，可以看前方的牛澡堂，水牛泡澡的畫面；另一個是北五指草原，這裡牛群最多，草原範圍最遼闊，這是最喜歡的草原。往下看，杏林南北草原也很有看頭，除了有平整草原，還有巨木成群，林相完整。再往下是石梯嶺草原，這是從風櫃嘴到擎天崗的必經之路，草皮如地毯，還有防止遭到牛隻攻擊的避牛樁，這是5個最完整漂亮的草原。

再往下找，大家到竹篙山防空洞，直行從草叢小徑進入，出來是忘憂南草原及北草原，這個草原取名忘憂，一定有其典故，這是陽明山最美的草原，站在草原上，可以看透七星山系及文化大學，可惜慢慢被芒草攻陷，隔壁的竹篙山草原就在擎天崗旁邊。若從擎天崗步道走上來，在距離竹篙山防空洞大約300公尺的地方，從左側小徑切下去，可以連結到樂天、番婆及觀霧草原，我比對過2003年台北捷兔在此穿梭，草原平整、秀麗，現在被芒草攻佔。再往下是阿寶草原，這是往3096草原的方向，到3096草原途中，有疊石草原，有登山客在草原上堆石頭。

要到3096，南北杏林及北五指，可以在風櫃嘴到擎天崗步道上找到捷徑，如果從擎天崗往風櫃嘴方向，大約在3.2公里左右往右切，大約300公尺可達3096草原，若再往前，往左切，可進入南北杏林，再往前是北五指，陽明山最精華的草原都在這一帶。

我喜歡在寒冷的冬天裡，爬完山後，再到馬槽鹿角坑的花藝村洗溫泉。通常在週末一大早，我們會把車停在夢幻湖停車場，從中湖戰備道左側的小徑進入，再從小油坑上七星山，若是在雨天過後，從七星山往前看，視野格外開闊，對面的竹子山連山徑小路也看得出來，甚至金山外海也看得清清楚楚，臺北市在山腳下，輪廓也很清晰。七星山至少上來逾百次，這次感覺格外脫俗，一時之間想到趙春翔有一幅畫作，名字叫「滌盡塵俗」，七星山格外顯得有下過雨後的「滌盡塵俗」美感，尤其不管在七星主峰看七星東峰，或從東峰看過來主峰、山稜線，層次感分明，這是難得一見最美的七星山。

在歐洲旅行時，很多小鎮山區的小徑，令人流連忘返，來到鹿角坑，你可以看到遠山峰峰相連的壯闊，眼前小山丘起伏，整片綠意盎然，而在這個時候，綠意中點綴了黃澄澄的色彩，原來正是菅芒花盛開的季節。



謝金河

《財訊》社長兼發行人，1959年生於台灣雲林西螺、政治大學東亞所碩士、現為財信傳媒集團董事長、《今周刊》董事長、《財訊》社長兼發行人、財金文化董事長及《數字台灣》節目主持人。參加台北捷兔俱樂部近30年，週末幾乎都在山林中奔馳。

這時我想到許丙丁作詞，鄧雨賢譜曲的菅芒花，歌詞寫著：「菅芒花，日無香，冷風來搖動，無虛榮，無美夢，啥人來疼痛……」菅芒花長在山野間，平時低調沒人理睬，這時候盛開才引人注意，也告訴大家春天快來了。

馬槽的花藝村水資源充沛，這裏是露天戶外溫泉，占地廣闊，溫泉溫度控制很好，水柱沖擊強而有力，單是沖水柱已值回票價，而且花藝村溫泉夠熱，泡起來格外舒暢，這兩年又添加了水中電療的設備，在全台的溫泉，我對花藝村評價最高。

我喜歡泡湯的冷熱交替，印象最深刻的是屏東牡丹灣的戶外游泳池，旁邊有溫泉池，在冷天中，把身體泡熱了，還可以跳進泳池游兩趟，身體冷了，再回來泡湯，我對牡丹灣的美麗景色印象深刻。北投春天酒店的游泳池很美，但冬天下水充滿考驗。我試過泡過湯後再下水，只是春天的湯屋在地下室，上來穿泳褲，身體已冷掉了，如果剛好碰上寒流來襲，再跳入戶外泳池，不消一分鐘就想爬上來，不過，在春天游泳池畔坐坐，欣賞泳池風光，也有不同的感受。

台灣之美，其實是用自己的雙腳感受出來的，跑了一趟好路，在山林古徑中感受古道之美，有如吃了一頓可口的大餐，都是心曠神怡的回憶，令人流連忘返。雖然在工作中，我喜歡快速作戰，爬山、跑步也求快，但偶爾穿放慢腳步，找一座自己喜歡的山爬，爬完後泡個熱呼呼的溫泉，再到餐廳炒個野菜，蒸條活魚，生活意境又有不同新感受，這也是人生一大樂事。



看起來普通，卻美味



比才

飲食寫作、料理研究者與專業編輯。著有：《小聚會》、《家·酒場：67 道下酒菜，在家舒服喝一杯（或很多杯）》。
(facebook.com/bizetstable ; instagram.com/bizet)

比才：平凡無奇，其實是送禮人的謙虛

口述 | 比才 整理 | 歐佩佩 插畫 | Rosa Lee

我 對伴手禮的興趣，基本上集中在料理和傳統糕點。以料理來說，醬油是很適合送給外國友人的伴手禮，能代表台灣的庶民生活，只要嚐一口，就可以體悟台灣的傳統味道。至於傳統糕點，從口味到包裝，都很有台灣特色，真材實料，只有好吃兩字可以形容；外觀也是一樣，延續幾十年、百年的老店，包裝通常樸素簡單，濃濃復古風情，如今反而成為吸引人之處。

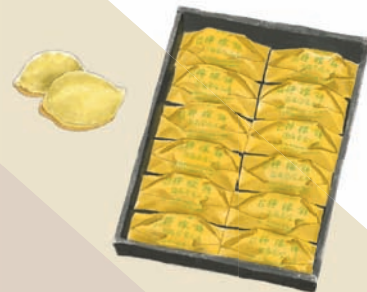
這些看似不怎麼起眼、甚至有些無聊的伴手禮，當我送出手時，其實是有點得意的；不過分突出的外觀，就像送禮時表面謙虛，心裡卻想著：「你可千萬別小看這個東西啊！」

伴手禮推薦

檸檬餅 | 南馨食品店

在我吃過的檸檬餅中，南馨是最好吃的，它的蛋糕體濕潤，外層檸檬白巧克力脆皮的酸甜平衡也剛剛好。南馨檸檬餅外包裝是漂亮的黃色油紙，是很樸實的台灣古早味。

售價：420 元／盒（12 入）
店址：嘉義市東區吳鳳北路 358 號



咖哩餅 | 大新餅店

他們家的咖哩餅又油又香，咖哩辛香料香氣濃郁，內餡肉塊口感比普通的絞肉來得好，買回來之後放兩天讓它出油，味道會更濕潤融合，意外地是很適合當下酒菜的糕餅。

售價：278 元／盒（6 入）
店址：基隆市中正區中船路 70 號



金桃三月醬油 | 金桃本味坊

金桃的醬油標榜無添加，因為是小廠，產量少，通常只能上網選購。醬油產品以月份命名，數字愈大愈濃厚；如果只買一瓶，我最推薦三月，味道清淡、不太鹹並帶有淡淡甜味，用途最廣，跟各種料理都搭。

售價：210 元／瓶（420ml）
網址：facebook.com/Jin.Tao.Sauce.Store



到不行的台灣伴手禮



Hally Chen

出生台北，長年專事於美術設計，2008年開始為雜誌撰寫專欄。熱衷左手做設計執畫筆、右手拿相機寫文章，同時以兩種眼光看待生活日常。著有：《遙遠的冰果室》、《人情咖啡店》、《喫茶萬歲》。

Hally Chen：給自己的伴手禮，好不好吃更重要

文 | Hally Chen 插畫 | Rosa Lee

近年台灣店家更捨得投資包裝設計，不過比起外在包裝，我更在意內容物本身是否美味，通常我是以「捨不得送人」或「想留著自己吃」當作標準。

在台灣，伴手禮文化和信仰有更深的關係，從早年徒步進香，到我外婆每年搭遊覽車進香的時代，香客回程時習慣買一些伴手禮給家人好友。我童年初次吃到的檸檬蛋糕，就是因此而來。

到了我這個世代，買伴手禮不再只為了送給別人。我旅行帶回的伴手禮，時常都是買給自己；帶去廟裡的貢品，也會特地買自己愛吃的東西。伴手禮時至今日，已經是日常生活中，增添樂趣的逸品。

伴手禮推薦

牛舌餅 | 老元香本行

老元香本行的牛舌餅包裝古樸，紅、白、金三色印刷，保留上世紀風格。牛舌餅脆又香，讓人欲罷不能。由於生意太好，沒有預定就只能碰運氣，看是否能買到偶然多出的那一兩包。

售價：70元/包
店址：宜蘭縣宜蘭市康樂路158號



花生糕 | 郭元益

我常去士林慈誠宮充電，拜見媽祖前，我會先去一趟舊街的郭元益本店採買。外表細緻、彷彿真的帶殼花生的花生糕入口即化，閉上眼以為正吃著從花生湯裡撈起、香氣濃郁的花生米，堪稱水準之上的逸品。

售價：80元/盒(6入)、240元/盒(20入)
店址：台北市士林區文林路546號(士林總店)



林聰明沙鍋魚頭(油漆桶) | 林聰明

這間1953年開業的名店，初期無塑膠製品提供外帶，於是利用乍看如油漆桶的空沙茶醬桶，給客人帶湯底回家，下回要外帶再重複利用。由於鐵桶太有份量，當地人要喬事情，還會特地去找央求店家，買來當作殺手級伴手禮。

售價：店洽
店址：嘉義市東區中正路361號(中正總店)



※ 原文刊登於 2023.9 月號 /37 期「好吃到捨不得送人的台灣伴手禮 第二彈！」



itf 台北國際旅展

2023 Taipei International Travel Fair

11.03-11.06 台北南港展覽館1館
TWTC Nangang Exhibition Hall 1

TVA
TAIWAN
VISITORS ASSOCIATION
台灣觀光協會

主辦單位 ORGANIZER | 財團法人台灣觀光協會 Taiwan Visitors Association
官網 WEBSITE | www.taipeiitf.org.tw

ibon 售票系統

FamilyMart



TaiTIX

udn售票網
tickets.udnfunlife.com

klook kkday

亞洲人氣最旺、台灣唯一國家級的 ITF 台北國際旅展！

集結 104 個國家 / 城市展出，探索世界，即刻啟程！

★興奮到模糊！國外單位擴大展出，探索世界看過來！

日本、韓國等全球 104 個國家 / 城市、航空公司、旅行社、飯店、遊樂園共 1,300 格攤位盛大展出，環遊世界一站購足。

★必 BUY 獨家行程任你挑，小孩子才做選擇，我們通通都要！

解鎖最夯旅遊產品，奢華郵輪、島嶼度假、鐵路票券、自駕出遊，各種主題遊程快來挖寶！

★年度國內外吉祥物大遊行、各國精彩表演，大小朋友 HIGH 翻全場！

國內外超夯吉祥物同台賣萌較勁，各地表演一次看，一同歡慶嘉年華！

★刷卡滿額超值贈禮，買多賺多大滿足！

「銀行刷卡滿額禮」，優惠再升級！買到賺到，值回票價。

★公益贈票熱血響應，回饋社會獻愛心！

捐血贈票，熱血旅人一起回饋社會、傳遞愛心。

· 活動內容以現場公告為主





京都旅行社

京都旅行社成立於西元 1991 年 5 月，歷經一段時間的變動跟轉型，時至今日，重新由一群專業旅遊服務團隊帶領，秉持著專業、誠信與熱忱，以人為本，用全新的思維與豐富的經驗，專門安排與規劃東南亞 Inbound 團體與散客在台灣旅遊相關行程、景點、住宿、交通以及導遊解說等業務。

本公司以產品多樣化為導向，適時規劃更新設計產品內容，並加強滿足客戶服務為目的，將台灣傳統文化、特色美食、在地特殊活動體驗等，配合市場需求量身規劃客製行程，讓旅客在欣賞台灣美景的同時，能更加融入當地休閒文化與生活，留下每個獨特又深刻的台灣之旅。

電話：02-2523-7033 地址：台北市中山區中山北路一段 33 巷 7 號 5 樓之 8



金建旅行社

成立於 1993 年，由一群熱愛旅遊的人組成，擅長將台灣在地文化以嶄新視野呈現予國際旅客，不僅提供多語導覽服務與應用科技輔助，讓各國旅客都能自在又輕鬆在台灣遊玩，細緻服務及專注細節，依照旅客喜好用心安排舒適安全的旅程。長年用心經營維持良好形象，並積極配合政府觀光政策，多年經營台灣觀巴與台灣好行品牌，優良表現時常獲獎肯定。

定期參與國際性旅遊會議，關注國際旅遊市場趨勢，近年來專注提升穆斯林旅客與樂齡人士旅遊服務，希望藉由提升服務品質與增加旅遊產品彈性，讓國際旅客有更好的服務與旅遊產品可以選擇。

未來持續用心規劃，使命必達，適合親密的蜜月、親子、家族旅遊亦或專業的商務考察及會議旅遊。我們以文化交流，以旅遊相聚，期待與每位旅客壯遊世界。

電話：07-806-3115 地址：高雄市小港區光盛街 42 號



麗緻國際旅行社

樂麗景 / 麗緻國際旅行社成立於西元 2008 年，由總經理彭博耀 LEO、經理吳佩真 Racher、黃鈺淑 Baby 召集一群旅遊經驗豐富和新一代媒體影音團隊所組成，陸續在高雄 / 台北 / 上海 / 吉隆坡 / 曼谷等地區成立營業據點，是一間深耕台灣、立足亞洲，為廣大旅客服務的新媒體旅創公司。團隊成員過去身受廣大消費者和同業間的肯定與支持，擁有高度旅客回流率以及絕佳的國家級行程評鑑。

公司榮獲 10 座國家級金質旅遊行程獎 (出境與入境類)，觀光局台灣小鎮漫遊國際入台首獎，2020 執行經濟部科技研究創新發展專案，以「熱褲旅行」品牌成立官方網站 (智財局註冊 01805180 號) 和台灣最新的旅遊自媒體影音直播頻道，將旅遊行程在抖音、Youtube、Facebook 上開啟線上直播，以新型態自媒體影音內容，展現熱褲旅行品牌風采，亦是 OTA 海外地接供應商。歡迎廣大同業與品牌商授權合作！

電話：07-951-6518 地址：高雄市新興區民生一路 56 號 23 樓之 6



中華民國 112 年國慶總統府建築光雕展演
2023 PROJECTION MAPPING SHOW FEATURING THE PRESIDENTIAL OFFICE BUILDING

A BLESSING TO THE FUTURE OF HERS, TAIWAN

致未來的她

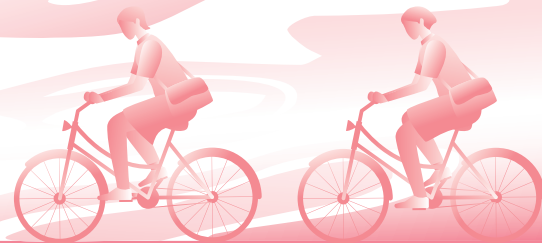
台灣



2023.10.6 ▶ 10.10 凱達格蘭大道

民主台灣 堅韌永續
2023 TAIWAN NATIONAL DAY

19:00 19:30 20:00 20:30 21:00 21:30



指導單位



主辦單位



中華民國各界慶祝112年國慶籌備委員會

共同主辦



TAIWAN FILM & AUDIOVISUAL INSTITUTE
國家電影及視聽文化中心

執行單位



贊助單位



TWSE



臺灣證券交易所



證券櫃檯買賣中心
Taipei Exchange



臺灣期貨交易所
TAIWAN FUTURES EXCHANGE



臺灣集中保管結算所
TDC Taiwan Depository & Clearing Corporation



財團法人林熊徵學田基金會



台灣電力公司



台灣中油股份有限公司
CPC Corporation, Taiwan

