

LOVE TRAVEL 活樂遊

台南鄉土 農耕樂

府城台南除了是寶島的美食重城，亦是許多天然食材的原產地。我這次跟隨香港社企餐廳iBakery在台南鄉鎮搜羅稻米、芝麻等地道農產，細味各種優質食材的純正原味道，更走入翠綠稻田體驗農耕樂趣！

文：韋利

圖：韋利、iBakery愛烘焙麵包工房

鳴謝：iBakery愛烘焙麵包工房、去台灣

Trip Taiwan、台南市政府觀光旅遊局



■後壁菁寮社區為遊人安排各種農耕體驗。



■導師與iBakery的員工合力炮製菜餚。 ■冠軍米農夫崑濱伯(中)是當地的代表人物。



GSAVE

台南無米樂

地址：後壁區長短樹里

電話：886 6 662 3349

網頁：www.facebook.com/wumile.happyrice



■以肥肉為主的割稻飯簡單味美。



■在稻田間撒種施肥，是難得的體驗。



■鴨子在田間出沒，更添大自然氣息。



台灣觀光局把今年訂為「台灣小鎮年」，拜訪當地小鎮，自是最切合主題的遊程，像我這次跟隨東華三院屬下社企餐廳iBakery所到的台南後壁區，便屬於今年當選的全台經典小鎮之一。

這個位於嘉南平原的淳樸農鄉，不僅是台灣有名的「大穀倉」，更曾是台灣冠軍米的產地，而自從年前一齣關於冠軍米農夫崑濱伯的台灣電影《無米樂》面世，更令後壁區的翠綠稻田備受注目，當地現在也以崑濱伯那「沒有米也要快樂」的信念，將菁寮社區建立成為「無米樂」社區，提供區內導覽及各種農鄉體驗，好讓大眾能感受天賜良源的喜悅。

冠軍米產地

要認識這片冠軍米產地，最佳地點當然是從翠綠稻田開始，我們便在村中鄉農帶領下，走進區內的廣闊稻田，準備來一場農耕體驗，雖然到訪時阡陌間已綠油油一片，早過了插秧的時期，但農家仍預備了米糠，讓我們一試施肥的滋味。當大家穿好防水「忍者鞋」，踩在軟綿綿的泥土中，觸感已覺奇妙有趣，而當向著稻田撒放米糠，看着成群鴨子追趕覓食，不但像回到孩童年代般快樂逍遙，更覺與大自然難得地貼近！

在稻田間跑來跑去，縱是暢快自在，也開始有點飢腸轆轆，這時候最好當然是一嚐田間的出產。無米樂社區十分貼心，為我們預備了一席農家風味十足的割稻飯。割稻飯其實是農民在收成季節時宴請幫工和親友的食物，不過這次就由農村的導師與iBakery的員工子鍵、Vincent一起合力炮製，雖然都只是燜肥肉、炒雞蛋、炒通菜等簡單材料，但配上優質香米和各人的心機，簡單的一頓飯也倍覺美味。