

樂當一日農、漁夫 好吃好玩好有趣

# 農村特色旅遊



整理／洪詩茵

圖文資料來源／《SAS 認證！台灣最棒「農林漁牧」漫漫遊：全台72家特色農場大公開，探索生態、體驗鮮食、感受最接地氣的四季小旅行！》、台灣休閒農業發展協會



「特色農業旅遊場域認證制度」(Special Agro-tourism Spots Certified, 簡稱 SAS 認證)

引導產業建立台灣特有的休閒農業品味，強化休閒農業國際競爭力。為具備強烈引導性的行動策略，藉由強化農業旅遊發展中的農業本質，納入食農教育、農村環境教育、產業六級化、健康療育等內涵以提升農業旅遊特色，進而強化台灣休閒農業品牌。



\* 認識更多台灣特色認證農場：

<https://www.taiwanfarm.org.tw/>

疫情期間，國人都悶壞了！這十多年來，台灣休閒農業蓬勃發展，截至二〇二〇年底，台灣合法登記之休閒農場共三七八家，吸引遊客走進台灣農村小鎮、領略田園之美。

因應微解封，休閒農場有條件開放，民眾該如何挑選放鬆的好去處？台灣休閒農業發展協會推動「台灣特色農業旅遊場域認證」多年，協助休閒農場建立產業競爭力，開發各項深具特色的旅遊商品，身兼協會秘書長及「特色農業旅遊場域認證」委員會召集人游文宏先生，更出版《SAS 認證！台灣最棒「農林漁牧」漫漫遊：全台七十二家特色農場大公開，探索生態、體驗鮮食、感受最接地氣的四季小旅行！》一書，引領讀者看見台灣休閒農業的精彩。

游文宏在書中序言表示：「農業是一種時尚，是一種永續發展的綠色產

業，是萬物共榮的生活環境。以農村、農民及農業為主軸發展出來的休閒農業，相較其他休閒產業，多了一份對土地的感情，打造出「宜住宜遊」的生活空間，發展出屬於在地的幸福產業。休閒農業是農業升級的積極作為，是農村與都市互動的橋樑，是農民與國人接觸的平台。」

為協助台灣休閒農場被看見，台灣休閒農業發展協會特推出「農遊超市」(<https://www.taiwanfarm.com.tw/>)線上平台，提供各色休閒農場吃、住、玩、買、看等體驗行程的預定，游秘書長衷心期盼，「台灣休閒農業成為翻轉農村的引擎，成為與世界交朋友的平台！」

想體驗一日農夫、漁夫日常，賞花、採菜、品時鮮嗎？以下特精選七家特色休閒農場，邀請大家深入品味台灣農村之美。



## 千戶傳奇生態農場

新北三峽·半山腰上的鱒龍魚王國

場址：新北市三峽區有木里有木 154-3 號

電話：+886-2-2672-0748

「千戶傳奇生態農場」位於新北市三峽區大豹溪上游，緊鄰滿月圓森林遊樂區。成立三十多年來，以清冽的山泉水養殖鱒龍魚、鴨嘴鱒、鱒魚、高山鱸魚以及原生種台灣鬥魚等多種高經濟與罕見魚類，繁殖技術在業界頗富盛名。來到這裡，不僅可以看到農場主人林典悉心培育的碩大鱒龍魚、鴨嘴鱒，還能嚐到女主人葉福花以其精湛手藝結合在地食材研發出來的各色鮮魚佳餚，在距離都市不過半小時車程的半山腰上，充分體驗「鱒龍魚王國巡禮」的美妙感受。

★**主要服務項目**：鱒龍魚特色料理、農場導覽、農村廚房體驗。並可客製化一日遊或半日遊。



★**主要銷售產品**：生鮮鱒龍魚肉片、鱒龍魚一夜干、鱒龍魚膠原蛋白凍飲等。

★**生態導覽**：全球鱒龍魚總計二十八種，「千



戶傳奇」最多時飼有九種，包含中華鱒、史氏鱒、俄羅斯鱒、西伯利亞鱒、歐洲鯉與鴨嘴鱒等，曾是台灣鱒龍魚數量與種類最多的漁場。走進這裡，在處處綠意與溪流水的環繞之下，不僅可以看到室內外為數眾多、令人驚奇的養殖池，而且在主人的帶領與解說下，還能穿上青蛙裝、親自「下海」去抱大魚、與鱒龍魚同歡！

★**加工體驗**：從利用鱒龍魚骨做吊飾，到應用鱒龍魚油做護唇膏，「千戶傳奇」的DIY活動除了充滿創意與趣味性，也深具知識性與實用性。而新近開發的「農村廚房」體驗活動，更結合「看魚、抓魚、煮魚、吃魚」的精神，讓遊客可以從創新的遊程活動中充分感受「從魚池到餐桌」的過程、了解養魚人家的生活文化，並從中獲得深富產地特色的飲食美學與烹調技藝。

★**特色餐飲**：來到鱒龍魚的產地，當然也不能錯過女主人精心研發的各種招牌菜——以鱒龍魚油特製的拌飯、用鱒龍魚頭及中骨加入大量中藥材熬煮的養身鱒骨湯，以及各種用厚實魚肉煎



## 梅居休閒農場

台北士林·花果菜並生的陽明山田園新境

場址：台北市士林區平等里平菁街43巷99號

電話：+886-905-169-176

「梅居休閒農場」位於陽明山區的平等里，原為一座近三十年未開發的舊橘子園，農場主人承接先人祖業，抱著傳承「感恩、尊重、愛」的精神，決定將這一片美好的自然環境與更多人分享。也因此，以主人已故長輩朱梅女士的「梅」字與郭石居先生的「居」字為農場命名，並在經過規劃後，整理出一·一七公頃的休閒農場區——從入口處的梅花大道，到園區內的紫藤區、香草區、果園蔬菜區、孟宗竹林區、咖啡園區等，皆錯落有致；此外，西側還緊鄰廣達四·一公頃的「梅居市民農園」，全年花、果、蔬菜並生，乃是台北市區少見的自然農園。

★主要服務項目：農場體驗，包含農場導覽、蔬果採摘、農事DIY，以及蔬食料理與加工品販售。

★主要銷售產品：當季農產蔬果，及其加工再製品，

如高麗菜乾、蘿蔔乾、梅子醋等。

★主題導覽：

沿著農場規劃好的多條步道，可以在不



見的山茼蒿、馬齒莧、紫背草、三葉芹、赤道櫻草……等野菜，依照季節不同現摘供應，

連沾料「蔬果沙沙醬」也別具風味，別忘了預約才吃得到！

同季節觀賞到不同的植物風景，包括紫藤、金針、山櫻花、梅花，還有各種香草、孟宗竹林等。此外，在蔬果栽植區中，也依四季變換而有各式各樣的作物收成，包括橘子、南瓜、西瓜、冬瓜、絲瓜、蘿蔔……等，往往一抬眼就是一個驚喜，可說是「觀賞植物、認識作物」的美妙田園。

★體驗活動：農場裡不僅有大片的果菜園區，還備有石牛、鐵牛車、耕耘機等農業機具。只要天氣許可，在主人的解說帶領下，還能體驗使用中耕機鬆土、親手種菜拔草、育苗分株、採集收成的過程。此外，農場主人也會利用不同的香草、蔬菜、瓜果，提供美食DIY教學，例如香草手工餅乾、野菜水餃、蔬果披薩、米漢堡等，讓大家享受「現摘現洗、現做現吃」的滋味，並從中體悟「一分耕耘、一分收穫」的真諦。

★特色餐飲：「梅居休閒農場」是台北市第一家被行政院農委會核准的「田媽媽餐廳」，並且通過台灣休閒農場服務認證、穆斯林友善餐旅認證、慈心友善農場認證。主要提供以自植蔬果、香草、花卉所製成的創意蔬食料理，因為主廚充滿奇思妙想，端上桌的每一道菜都自成風格，超乎一般人對「蔬食」的想像。此外，「野菜小火鍋」也是亮點，滿滿的菜盤裡有罕



## 哈哈漁場

彰化芳苑·體驗「牽魚、捕蝦、摸蛤仔」的魚塭生活

場址：彰化縣芳苑鄉漢寶村芳漢路漢一段 535 巷 34-2 號

電話：+886-923-077-066



★生態導覽：在魚塭養殖之外，「哈哈漁場」也開放參觀體驗；而在陳明瞭的精心規劃下，來到這裡不但可以在主人親切活潑的帶領講解下認識各種魚蝦貝類、了解當地河口生態，還能親自下水體驗「摸蛤仔」、

「漁夫牽魚」、「收蛇籠捕蝦」等特色活動，藉由實際操作進一步了解漁夫日常工作以及各種不同捕魚工具的利用方式，內容既有趣又充滿知識性，無論大人還是小孩都能樂在其中。



彰化名列台灣文蛤前三大產區，而位於斗苑休區、漢寶專業養殖區的「哈哈漁場」，也以養殖文蛤著稱，並混養白蝦、虱目魚、黃錫鯛等魚蝦。主人陳明瞭強調，由於取用海水養殖，因此魚塭生態良好、具多樣性，而穩定的食物鏈環境也有助物種生長茁壯、讓魚塭所養殖出來的貝類及魚蝦都肥美健康。

★主要銷售產品：真空文蛤、元氣蝦（白蝦）、活力魚（黃錫鯛）、虱目魚等。

★主要服務項目：河口生態導覽解說、漁塭體驗活動、魚蝦文蛤特色料理。

★特色餐飲：就地享用「尚青」的各種漁產料理，可說是遊逛魚塭最令人期待的活動項目之一——無需多餘的調味或繁複的烹飪技術，打從魚塭裡新鮮撈起的魚蝦貝，只要白灼、火烤，或是簡單的快炒，就能嚐到最鮮甜的滋味，從而感受「從養魚到吃魚」、「從魚池到餐桌」的歷程多麼不易，進而養成「愛護大地、珍惜食物」的觀念；此外，在「與漁夫為伍」的五感體驗之後，也讓來客能對專業養魚養蝦人家的辛苦工作更加了解，並且由衷萌生「敬佩與尊重」。



## 優遊吧斯

嘉義阿里山·綻放鄒族文化光芒的咖啡茶園

★場址：嘉義縣阿里山鄉樂野村4鄰127-2號

★電話：+886-5-256-2788



「優遊吧斯」座落於海拔一三〇〇公尺的阿里山鄉，是一個以鄒族部落為推動主軸的文化園區——「優遊吧斯 (YUYUPAS)」在鄒族語中，就是代表精神與物質都「富足安康」的祝福語。整座園區廣達二公頃，除了擁有茶園、咖啡園，而且花草扶疏、生態豐富，加上充滿鄒族意象，景觀別緻宜人。

★主要服務項目：餐飲、在地農特產品及手工藝品。

★主要銷售產品：咖啡及茶葉相關製品。

★主題導覽：園區內花草錦簇，不但有茶園及咖啡園環抱，而且還有哈莫文史館、茅達諾劇場、傳統家屋、公主屋、神木館、鎮山之寶……等鄒族傳統建築。所以，在專業人員的帶領解說下，可以觀賞到精采的原

民歌舞、深入認識鄒族歷史文化，感受最原汁原味的阿里山人文風貌。

★體驗活動：以鄒族五大家族傳統姓氏命名的大型茶屋，就設置於遼闊的茶園中，喜愛茶香의遊客，可以在這裡享受由阿里山姑娘泡製的高山茶。至於喜歡咖啡的人，不妨前往咖啡工廠，除了品嚐阿里山咖啡的特殊風味，還能參加有趣的咖啡體驗，學習如何在沒有電力的情況下將咖啡豆去殼、烘焙、磨粉、完成沖煮的過程。此外，當然也不要錯過在此享用特殊風味餐的機會，在苦茶油雞、紅茶豬腳等特色料理中，圓滿一趟豐盛的「優遊吧斯」之旅。



然也不要錯過在此享用特殊風味餐的機會，在苦茶油雞、紅茶豬腳等特色料理中，圓滿一趟豐盛的「優遊吧斯」之旅。



## 三富休閒農場

宜蘭冬山·柚花飄香的自然生態寶庫

場址：宜蘭縣冬山鄉中山村新寮二路 161 巷 88 號

電話：+886-3-958-8690



位於冬山河上游，緊鄰仁山植物園與新寮瀑布的「三富休閒農場」，設立於一九八九年，佔地十四公頃，空氣清新水質純淨，景緻天然宜人。得天獨厚的大片生態緩衝區與原始自然生態，造就出園內低海拔淺山森林、生物多樣性的特色。在廣大的天然植物園與森林環抱中，除可觀察到八色鳥、螢火蟲、螢光菌等豐富的生態景觀，還有一大片老欖柚子樹恣意生長，從開花到結果，在四季展現不同風情。

★主要服務項目：農場體驗，包含在地文化、景色、

物種、住宿、餐飲、活動、解說、導覽、採摘、加工、冒險體驗及套裝遊程，也可依不同對象需



具知識性與趣味性。★特色餐飲：農場將自產的柚花、柚果應用於餐飲，除供應柚香餅乾、柚花石頭餅、柚香

蛋糕等西式點心，更開發出柚田園蔬食米披薩、鬼頭刀魚排佐檸檬柚子醬等料理，以及方便沖泡飲用的伴手：節氣柚飲禮盒，色香味俱全，又具特色與創意。

求提供相應的服務內容與場地設施。★主要銷售產品：套裝行程。

★主題導覽：園區內有綠蔭圍繞的景觀魚池、魚鴨成群，遊客可在此享受美味的特色下午茶及餐點。而清新的空氣與水質也吸引許多罕見的美麗鳥類到此築巢育雛，包括八色鳥、朱鷗鳥、黑枕藍鶺鴒……等；蝴蝶、蜻蜓、蜘蛛等昆蟲更是不勝枚舉。住宿客還能探索到青蛙、螢火蟲、貓頭鷹





## 童話村生態渡假農場

宜蘭冬山·富含農家樂趣的有機桑椹體驗園

場址：宜蘭縣冬山鄉廣興村梅花路 300 號

電話：+886-3-961-3385；+886-978-082-509



曾經榮獲「百大好客民宿」及「環保旅店」認證的「童話村有機渡假農場」，不僅是優質住宿，更是物產豐富的小型有機體驗農場，單是桑椹園、洛神花、金棗及水稻田即達一·五三三二公頃，四季皆有不同田園景觀可賞，在主人曾獻桐與吳麗珠夫婦的用心規劃下，還有豐富多元的活動可以參加，充滿鄉野樂趣。

★**主要服務項目**：套裝農場體驗，包含導覽解說、賞螢火蟲、看獨角仙、農事及手作活動、住宿、餐飲等，不提供單項服務。

★**主要銷售產品**：套裝遊程，以及桑葚、洛神花、金棗、梅子加工製品等。

★**體驗活動**：農場套裝行程豐富，例如「找稻幸福趣·四季開心農場體驗趣」就包含：有機花果茶飲、餵魚

喝ㄋㄟㄋㄟ、摸蜆抓大肚魚，以及當季DIY體驗：一至十二月拔蔥、種蔥、洗蔥、做蔥油餅；三月底至五月採桑椹、做桑椹果醬；六至七月賞螢火蟲及獨角仙；七至八月搓稻子、碾米；九至十一月採洛神花、做洛神花酵素；十二至二月採棗、金棗酵素DIY，活動精彩有趣。

★**特色餐飲**：在餐飲部分，女主人更將桑葚融入菜單，設計出與眾不同的料理，例如連續三年榮獲不老節不老餐認證、清真認證的「鱸魚海陸不老鍋」套餐中，除採用產地直送的海鮮、肉品與野蔬，金黃色湯底就是採用桑葚葉、南瓜，加上昆布、柴魚熬煮八小時而成。此外，再配上桑椹拉麵在特製沾醬、以及桑摩茶、洛神花果茶、金棗果汁等飲料，令人開心又滿足。



## 佳芳有機茶園

台東卑南·風光秀麗、體驗多元的清新茶鄉

場址：台東縣卑南鄉明峰村牧場 72-4 號

電話：+886-89-227-660

位於「初鹿休閒農業區」的「佳芳有機茶園」，早在一九七九年便開始種茶，發展至今已近四十年歷史。二〇〇四年受到茶葉開放進口政策的衝擊影響，致使低海拔茶葉銷量銳減，於是，在一代媳婦陳麗雪的堅持下，「佳芳」從原本的傳統茶農轉型，開始嘗試有機茶業，並逐步發展成為體驗型茶園。

★主要服務項目：茶園導覽、環境教育解說、有機茶業手作體驗。

★主要銷售產品：紅烏龍、蜜香紅茶、高山茶與冷泡綠茶。



★生態導覽：二〇一〇年開始，陳麗雪決定將「佳芳」

往觀光茶園的方向發展，於是，不但將五甲有機茶園規劃成體驗區，而且設計出一系列的相關活動。只要事先預約，來到這裡首先在專業人員帶領下走進景色宜人的漂亮茶園，一邊認識茶樹生態，一邊親手採茶葉；然後，再來到茶廠享用現泡茗茶、茶香蛋捲等特色餐飲，感受「從茶園到餐桌」的食農文化。

★體驗活動：為了讓更多人對於茶葉產生興趣，「佳芳」每年也不斷推陳出新、設計出各種不同的茶品DIY活動，希望讓來客感到充實盡興。例如把紅烏龍茶調入麵粉、蛋白、奶油中做成麵糊，就可以用來烤製茶香四溢的美味蛋捲；而將採下的茶葉清洗後，以果汁機打成綠茶汁，再加入梅子、蜂蜜，就能調製出好喝又解渴的養生飲品。此外，還有綠茶涼豆糕、綠茶雪Q餅、翡翠綠茶

粿、奶酪茶凍等種種「好玩又好吃」的手作體驗活動，讓來到這裡的成人小孩都能浸淫在「迷人茶香」之中，進而深切體會到「優遊茶鄉」之美。

《SAS 認證！台灣最棒「農林漁牧」漫漫遊：全台 72 家特色農場大公開，探索生態、體驗鮮食、感受最接地氣的四季小旅行！》

作者：游文宏

出版社：蘋果屋

博客來連結：<https://is.gd/ibolcn>

雲端連結：<https://is.gd/HanbeP>

