



池上鄉大埔社區

窯滾吧！部落

一、前言

位於花東縱谷臺東縣最北端的池上鄉有著得天獨厚的優質地理環境，騎單車徜徉於黃金稻浪之中、仰望晴空萬里的藍天、體驗最在地的美食文化、悠閒漫活的氛圍，常為遊客最津津樂道且深刻的記憶。在如詩般美妙的環境中，仍有許多祕境等待遊客去挖掘與體驗。在進入池上市區前，轉個彎進入臺20甲線，可見道路兩側枝葉茂密的大樹，環境十分清幽，於3公里處可發現一個阿美族的社區部落-陸安部落。陸安部落屬池上大埔社區(行政飛地)，部落內有一個社區廚房，平時作為社區居民、老人一同烹飪聚會的場所。大埔社區發展協會為



「窯滾吧！部落」的創始者林柳杏女士與吳忠尚先生

文 / 圖 詹欽翔、吳國璋、黃怡綸
讓社區部落享有不同美食體驗，將一般的社區廚房搭建成窯區，成立「窯滾吧！部落」的形象品牌，結合當地小農種植的農作物，研發柴燒窯烤披薩、刺蔥鬆餅等風味餐點，開放遊客前來體驗自製佳餚的樂趣，已成為目前走訪池上不可錯過之旅遊行程。

二、「窯滾吧！部落」的成立過程

「窯滾吧！部落」的創始者林柳杏女士與吳忠尚先生於97年回到臺東生活，在因緣際會之下，林柳杏接下大埔社區發展協會總幹事，熱心認真的她，開始致力於社區營造及整體發展至今。曾於101年參與水土保持局的農村再生計畫，在執行計畫期間，即不斷思索陸安部落的特色、文化具有的優勢，以及未來發展的方向，亦前往其他社區觀摩，吸收多元知識與累積經驗。有鑒於社區廚房在社區為不可或缺的聚會場所，與一般社區廚房有所區別，讓社區居民能吃到不同於一般家常料理廚房的餐食，林總幹事結合居民的力量，成立現今的「窯滾吧！部落」，成功凝聚社區居民的向心力，社區媽媽利用閒暇前來幫忙，這也使得社區交流漸漸活絡起來。



三、獨特風味的窯烤披薩

「窯滾吧！部落」的亮點除了招牌柴燒窯外，也是一個友善生態環境的休閒場所。窯區的正前方有片大草地，活潑可愛的貓狗翻滾玩耍，三、四隻雞叨啄土壤中的小蟲，一旁的環保生態池則提供自然生態鏈中動植物的棲息場域，池岸旁以自然農法種植野生蔬菜、觀賞植物以及原生種的花草，組合成非常豐富的綠色有機生態秘境。在社區媽媽一同努力之下，「窯滾吧！部落」獲得臺東縣105年低碳潛力社區競賽冠軍的肯定，讓社區增添了幾分光彩。為使更多人能認識部落文化、體驗自製料理的樂趣及學習生態知識，「窯滾吧！部落」已開放一般民眾參觀體驗，目前採取團體預約制，人數只要達4人即可報名參加，亦有兩間客房提供遊客夜宿，享受體驗農村夜晚的寧靜生活。柴燒窯烤披薩DIY為重點體驗項目，依季節的不同選用當季最新鮮且具有部落特色的食材，



製作披薩餅皮的麵糰以原民特有的甜酒釀酵母發酵

例如山豬肉、蝸牛、南瓜等風味食材，最特別的是披薩餅皮為原民特有甜酒釀酵母自然發酵而成，散發出迷人的微甜酒香，順口而不膩，搭配番茄蘑菇紅醬或傳統豆腐乳醬等佐料皆十分契合。值得一提的是除了主餐披薩外，「窯滾吧！部落」會不定時招待客人享用季節限定的甜滋滋口味披薩，其中桑葚披薩、洛神披薩及香蕉披薩，由於口味獨特，深受遊客喜愛，已成為遊客探訪該部落廚房的小確幸。好客的他們不但親自



小朋友們體驗做披薩的樂趣



披薩於溫度約250度的柴燒窯中燒烤



指導遊客製作窯烤披薩，餐後也會利用窯的餘溫製作小點心，坐下來與遊客泡咖啡聊天，一起渡過悠閒愜意的下午茶時光。

四、生態體驗及食農教育

生態體驗活動為「窯滾吧！部落」未來發展的重要項目之一，居民認為陸安部落的生態十分多元、美麗且留存許多豐富的人文故事，加上夜間星空格外迷人，因此規劃一系列生態導覽的活動，希望能將部落文化、美景分享給大家。林柳杏總幹事表示，目前正著手打造「食物花園」，未來將分區種植料理食材，讓遊客在做窯烤披薩

時也可以至園裡採摘自己喜歡的食材，也會定期舉行農事體驗及食農教育課程，讓遊客認識食材從產地到餐桌的歷程，培養健康飲食的觀念，也能藉此拉近人與土地的距離。

五、結語

「窯滾吧！部落」的恬靜悠閒、有機慢活的生活步調，透過與大自然的接觸，學習如何愛護生態，讓人與人之間產生緊密連結，這正是部落廚房的精神所在。有興趣的朋友歡迎到「窯滾吧！部落」粉絲專頁上詢問及預約，一同去探索與體驗吧！



香噴噴的自製窯烤披薩出爐



氣氛優美的用餐環境



環保生態池為小型動植物棲息之場域



部落豐富的生態多樣性