

銅  
獎

金峰鄉

# 原始角落部落廚房



2024 臺東原鄉部落  
創意風味餐競賽食譜

熱量分析 (以 4 人份計)

總熱量	碳水化合物	蛋白質	脂肪
3,822 大卡	253 公克	149 公克	246 公克



## / 嘉鄉峰味 /



原始角落位於臺東縣金峰鄉嘉蘭部落的原始山區，由柯玉蘭（蘭姐）經營，是蘭姐與母親、祖母共同生活、耕種的地方，她利用這片土地種植的食材，如假酸漿葉、山芋等，創作出充滿回憶的「嘉鄉峰味」料理，每道料理製作簡單，無過多的調味，讓人品嚐到食材的原始風味。原始角落也有舉辦食農體驗和 DIY 活動，從採集新鮮食材，到料理部落美食，希望透過活動，分享從山林中學到的知識，讓更多人享受嘉蘭美景，體驗南迴的靜謐與部落的日常。

電話 | 0963-193322( 蘭姐 )

地址 | 臺東縣金峰鄉嘉蘭村嘉蘭 423 號

營業時間 | ★ 採預約制



# 拉 格 拉 格

4  
人份



## / 材 料 /

材 料	數 量
山芋	80 公克
豬肉	200 公克
假酸漿葉	16 片
月桃梗	少許
鹽	8 公克

## / 製 作 方 法 /

- (1) 山芋燻烤乾後磨成粉，加鹽調味。
- (2) 將山芋頭粉包覆豬肉，外層用假酸漿葉包起。
- (3) 最後用月桃梗捆綁固定，水煮至熟即可。



## / 材 料 /

材 料	數 量
假酸漿葉	16 片
雞蛋	4 顆
鹽	適量

## / 製 作 方 法 /

- (1) 假酸漿葉切碎，加入雞蛋及鹽攪拌均勻。
- (2) 起油鍋，倒入蛋液煎熟至兩面金黃色即可。

### 假酸漿葉煎蛋

4  
人份





# 野菜花

4  
人份

## / 材 料 /

材 料	數 量
花生	80 公克
山萵苣	200 公克

## / 製 作 方 法 /

- (1) 花生乾炒後，搗碎備用。
- (2) 山萵苣汆燙後，撒上花生碎即可。



## / 材 料 /

材 料	數 量
南瓜	120 公克
紫心地瓜	80 公克
蘋果	少許
南瓜籽	少許
樹豆	少許

## / 製作方法 /

- (1) 南瓜籽稍微乾炒後，搗碎備用。
- (2) 將南瓜及紫心地瓜蒸熟。
- (3) 把南瓜籽粉撒在南瓜上，紫心地瓜用樹豆及切碎的蘋果點綴即可。

### 絕代雙瓜

4  
人份





# 椴木香菇排骨湯

4  
人份



## / 材 料 /

## / 製作方法 /

材 料	數 量
椴木香菇	80 公克
排骨	80 公克
生薑	適量
鹽	適量

- (1) 將椴木香菇、排骨、生薑加入 750 毫升水一起燉煮。
- (2) 最後加鹽調味即完成。



/ 材 料 /

材 料	數 量
洛神花汁	250 毫升
鮮奶	50 毫升

/ 製 作 方 法 /

洛神花汁加入鮮奶攪拌均勻即可。

洛  
神  
花  
汁  
鮮  
奶

1  
人份

