



# 尋找素食之島 探索台灣素食感動地圖(下)

◎ 林軒宏

(接上期)

## Day4 台中→苗栗→台中

在「耕牛園」吃過早餐後(他們有自己種植稻米,還請後學們享用季節限定的日本水梨),接著拜訪大甲的「得來素蔬食連鎖餐飲」。創辦人之一的關登元先生年輕有為,他將剛開始創業時的困難到後來經營早午餐店的轉型過程,都跟後學們分享。「得來素蔬食」餐點的口味取向,不只是鎖定在素食者身上,也致力做出符合一般民眾喜好的口感;為了追求好吃

的口味,更成立工廠,以專業的生產線為每一項食材及味道嚴格把關,再透過開設早午餐店及電子商務,在台灣各區域開拓市場。

關老闆說:「創業,做這一行確實不容易,尤其素食更算是小眾市場。一直以來,都支持著自己的信念——做自己認為有意義的事,秉持著『讓吃素的人在外吃得更方便』的心,即使自己大學非就讀相關科系,也認真地去鑽研這塊領域。」得來素蔬食在創立11年後,目前在台灣北中南東各區都有連鎖門市。



▲ 經營素食連鎖早午餐，堅持做有意義的事。

下午，我們順道參觀大甲鎮瀾宮，之後再去苗栗三義的勝興車站。傍晚返回台中市區，晚餐在「九六素食」吃；這家店二代傳承，老闆娘秉持 50 年來對素食的初心用心經營。

### Day5 台中→彰化→台南

在八卦山下，火車站附近有家「黃記素食」，是彰化人都推薦的美味素食。這是一家經營已久的老店，已開了 50 年以上，到現在歷經了三代，古早的素食口味就這麼一直傳承下來。老店的食物好吃！老店的樣貌讓人懷舊萬分！

接著坐火車前往台南安平，在四草大橋觀夕平台看夕陽，景色十分壯闊。離觀夕平台不遠有一家「宏恩素

食」，隱身在巷弄間，卻高朋滿座，人潮絡繹不絕；後學們點了素食雞絲麵、水餃、披薩、什錦烏龍麵、魯飯等等，是安平隱藏版的美味素食。

### Day6 台南→高雄

台南一直以來都是頗負盛名的文化古都，中午在閒逛神農街之餘，找了間附近的素食小吃店「廟後素食」，點了炒麵、炒飯、炒烏龍麵和豆腐羹（主料是豆腐），吃得不亦樂乎。

店裡工作人員知道後學們在環島與到處拜訪素食店家後，也熱情地與我們閒聊家常；看他們從起初害羞地在廚房炒菜，到後來與後學們聊天時展現出來的滿滿活力，讓人對這家店增添了更多喜歡；老闆娘還熱情地請後學們喝飲料，讓這頓午餐更溫馨。台南的素食多元且美味，真是素食者的天堂！

晚上抵達高雄旗山後，在旗山老街附近找到「1235 嚐蔬閣御膳房」。店家老闆說是近半年才轉型做素食料理，店裡有義大利麵、炒飯和火鍋；後學點了番茄羅勒義大利麵，麵條 Q 彈，醬料也掌握得恰如其分，是山城裡的素食美味。

## Day7 高雄→嘉義

為了參與「彌勒家園」慶祝父親節與長者同歡活動，所以昨晚我們就直奔高雄旗山。清晨搭乘蔣明憲學長的車，從旗山往六龜「彌勒家園老人長期照顧中心」。照顧中心是素食長照機構，環境清幽、寧靜，內部寬敞明亮、通風良好，長輩們都能受到良好的照顧。

今天的活動分為三個部分，一開始先是社工姊姊的「語詞聯想」。社工姊姊分別拿出木瓜、麻糬等食物的詞卡，讓會講客語及會講台語的長輩們分別用自己慣用的語言說出來，再讓大家分享從詞卡中聯想到的回憶。接下來是手語歌唱時間，後學們站在台前帶動〈謝謝你〉這首歌，長輩們也一起動起來了呢！最後是丟球活動，後學們分別拿著水桶跟長輩們玩丟球、接球，有些長輩歲數已經超過90歲了，卻仍精神奕奕地玩遊戲。遊戲過程中和長輩們聊天時，也深切感受到他們的快樂。應該是「彌勒家園」真的讓大家感受到幸福吧！

謝謝彌勒家園的美味午餐，並有前賢載我們到美濃轉運站。後學們驅車北上，今晚準備入住嘉義朝天宮行旅。

## Day8 嘉義→雲林→高雄

早上從北港朝天宮出發，對面就是北港戲院，後學們享用了傳統早餐——豆漿、米漿、饅頭和包子。接著前往位於雲林四湖的「弘陽食品股份有限公司」拜訪。

弘陽食品謝政峯董事長也是「台灣素食推廣協會」的理事長；「台灣素食推廣協會」是台灣第一個結合素食產業與消費者，為努力建立純淨素食環境而成立之社團。謝董事長的兒子年輕有為，他帶後學們參觀弘陽食品的生產工廠（分素肉類加工廠和根莖植物類加工廠），並解釋製作過程。

弘陽食品股份有限公司主要是以素食原料作為最終產品，銷往各地素食工廠供業者使用，銷路多元，涵蓋亞洲、歐美、東南亞等地區。另一方面，他們也開發自家產品，例如：素鬆、素肉乾、紅薏仁飲等產品。許多連鎖商店都可以看到他們產品的蹤影，最近在便利商店也可以看到他們的紅薏仁飲，甚至台灣星巴克也有他們的營養棒。作為全台第一大素食原料加工廠，他們未來也將在電子商務及與其他大企業合作上持續努力。



▲ 訪問提供安全素食的生產商。

結束採訪後，從雲林搭車回北港轉運站。

轉運站旁的「妙香素食」，是當地人推薦的美味素食；從燴飯、炒拉麵、鐵板麵和炒飯，樣樣都是經典美食。後學們又在最後加點了一碗招牌湯麵。「妙香素食」，烹飪出平凡卻美味的好滋味。

晚上，到高雄三民拜訪「捷絲旅蔬食百匯」餐廳，行銷長跟後學們介紹了經營的理念與特色。「蔬食百匯」走多元精緻路線，餐點各具特色，有偏向歐洲義大利路線的食物，如：乳酪、義大利麵、披薩；也搭配有中式風格，如：滷飯、炒麵、小菜等，是間高級的蔬食吃到飽餐廳，值得前往體驗。

## Day9 高雄→台東

旅行倒數第二天，離開高雄到台東池上享用午餐。「吉祥軒素食飯包」，有著懷舊的好滋味，滿足了素食者對池上便當的嚮往；便當裡有蔬菜、薑片、豆干等配料，配上道地台東米。在旅行中享用池上便當，不僅美味，也充滿無限回憶。

而後去體驗田園風情，騎乘單車，途經伯朗大道、大坡池，再前往晚上入住的民宿「福吉園」；路途中，風景美不勝收。晚上在池上火車站附近的「保庇素食」享用晚餐，店裡菜色樸實，老闆以自然農法的標準選用食材，開店已經邁入第五年，一直都是以自然、原味、在地、健康等原則，用心烹調素食料理。

## Day10 台東→花蓮

環島旅程來到了最後一天，回到自己的家鄉——花蓮，在後學們都很喜歡的「蓮慈蔬軒」享用午餐。老闆是緬甸人，擁有一手好廚藝。大家就像家族聚會一樣開開心心地相談甚歡，為素食環島計畫，劃下最完美的句點。環島後，更覺得吃素是開心的，在旅行中結交朋友是值得的！

## 結語

環島台灣一圈以來，一路上見到了各式各樣的素食店家，台灣真是一個素食者的福地。細看台灣素食產業鏈，從中發現：在各層面上都有素食業者投入，不論是製造業、批發商或餐廳；且不只是素食高檔餐廳，也有結合旅遊業的新創餐廳，以及早午餐連鎖業等，這些店家於台灣各地串連起的素食地圖，令人非常驚喜！

## 夥伴心得分享

### ※ 楊懿

其實這趟旅程不輕鬆！沒想到環島是這麼耗體力的一件事情，幸好有朋友的陪伴。一趟旅途下來，也改變了後學以往對素食的認知。這十天下來到各地都吃素食，沒想到還蠻習慣的，而且嚐到的口味各有不同，幾乎每一餐都很好吃！

此外也參觀了不同的樂活民宿，有些自家就有種植植物、飼養動物，有些除了提倡綠化及環保，還結合蔬食餐廳的經營；並拜訪了許多在素食產業上努力的業者，他們都盡心盡力地為素食消費者把關，而且在努力創造更多市場同時，也希望能研發出更

好的產品、更好的味道，讓素食成為人們的一個好選擇。

過往飲食習慣為素食的人口，多為宗教信仰的緣故，現今則是加入了許多透過自身省察而抉擇素食飲食習慣的新族群，不同理論及觀點相互呼應，造就一股新的素食型態。環島計畫以素食方式進行，是一次很好的體驗，也發現比想像中愉悅很多。以素食為主題環島，後學自己一個人一定做不來，還好有夥伴們一起；後學愛大家，也愛這塊土地！

### ※ 李瑋樺

十天一下子就結束了！經過這幾天的體驗，發現台灣的素食料理是如此精緻、好吃。旅程中收穫良多，尤其是在第一天及第七天到老人長照中心服務，在這之前雖然有與小朋友玩過團康，但沒有與長者同樂的經驗；活動中，才有機會了解到各中心的爺爺、奶奶們。

由於這次主題是「尋找素食之島」，我們訪談了許多不同的餐廳、老闆，雖然大部分主要是因為信仰才改吃素，但也有少數是看到了素食的市場，或是由於「環保愛地球」而推廣素食。在採訪時，後學也學習到如

何設計問題、如何在對答時切中要點，對未來升學會有一定的幫助。

旅途中，體會到台灣人情的溫暖，不管是陌生人還是店家，都是很歡喜地接受採訪，還有一位老闆熱情地請我們喝飲料。十天下來，雖然筋疲力盡，但學到的經驗是無價的。去旅行的時間，雖剛好是拚學測的階段，但後學不希望高中生涯如此無趣，還是一起參與了；感謝軒宏學長的邀請，讓後學體驗到不同的環島旅行。

## 後記 尋找素食之島感謝篇

後學們，成功「尋找素食之島」。從年初投稿計畫書、5月初審、6月行前營隊——共識營，到7、8月執行、9月繳交成果報告書及影片、10月複審、11月決賽報告，最後12月在「華山1914文化創意產業園區」成果分享。

從構想草稿到完成實踐，是一關又一關，是一天又一天，終於圓滿完成了！計畫的緣起就是想要推廣素食文化，最終真的在10天內完成了素食環島；而遇到的餐廳、店家，都很熱心地分享他們的故事。後學們就像是針和線，想要串聯起台灣一個個素食故事；感謝家人、朋友，還有粉絲團粉絲的支持，一路上為我們加油打

氣，也給予許多鼓勵和幫忙。參展時，其實從來沒有想過有機會闖到最後一關，這一切的一切都太美好了，再次感謝大家！

這次素食環島，最大的收穫除了蒐集並串聯了許多台灣的素食故事之外，更重要的是遇到了許多優秀的年輕人，有志一同；有緣相遇，一起參與這次的活動，很佩服大家的想法、創意和意志力。願大家在未來的某一天，能再次相遇，回首從前！

胎裡素的後學，吃素至今21年，第一次自行規畫並進行長達10天的素食旅程，也很高興和夥伴們一起完成了！後學衷心體會到，生長在台灣這片土地很幸福，不僅享有友善的素食環境，還有許多人對於素食的堅持，真的真的是太幸運了！這趟旅程，不僅僅是後學們幾個夥伴所完成的，更是所有素食者，還有正在閱讀這篇故事的您，共同寫下最美好的故事！邀請您加入素食推廣的行列，共同「尋找素食之島」！



尋找素食之島 | 🔍



尋找素食之島 | 🔍

（全文完）