

山上區公所社區營造計畫-手路菜 vs 酪梨饗宴

山上區公所今日(8月19日)於平陽里活動中心辦理第四場次社區營造計畫「營養好食幸福果」，本次活動邀請宋金山老師和中華醫事科技大學餐飲管理系黃裕文助理教授為社區居民設計社區說故事-阿嬤手路菜和酪梨創意饗宴料理教學課程，讓居民不僅可以學習健康飲食-酪梨料理技藝和多元風味健康的料理餐，也藉此能活絡居民間的情感。

本次活動宋金山老師設計了社區說故事-阿嬤手路菜。讓社區居民回味阿嬤的拿手菜有鳳梨醃醋魚、龍膽石斑瓜仔綿湯、木瓜油飯、波霸木瓜雞湯、龍葵豆皮粥、破布子豆腐、涼拌酪梨、筍乾封肉、木瓜粽、醬筍燜鮭魚頭等等約40多道菜色，介紹過程歡笑聲此起彼落，也讓承辦單位稍稍放下忐忑的心，不禁佩服宋老師主持功力，更感謝居民配合，大家由陌生變友人，短短的1個小時，各里居民皆積極參與和分享記憶中的廚藝心得、烹飪經驗，居民們彼此熱絡交流、活躍不已，現場氣氛特別溫馨。

公所也邀請中華醫事科技大學餐飲管理系黃裕文助理教授設計以酪梨為主要素材，搭配了薄鹽鯖魚、白蝦仁、培根、三島香鬆、珍味魚卵及火龍果等設計創意料理，做成酪梨卡士達酥皮泡芙、海鮮紅龍酪梨散壽司、鯖魚酪梨蛋沙拉甜筒、蒜味醬油酪梨豆芽麵、及泰式奶茶。居民們表現出極大的興趣和參與熱情，並吃得津津有味，且紛紛表示這樣的活動是初體驗，不僅增進了他們對烹飪的了解，也加深了對健康飲食的認識。

今日整個活動充滿了歡樂與互動，居民們在輕鬆愉快的氛圍中學習了實用的酪梨烹飪技巧和營養料理，也促進了社區的凝聚和互動，社區居民表示，這樣的活動讓他們感受到了社區的溫暖與關懷，並期待未來更多此類的活動。

區長謝松益表示，酪梨產量雖集中於大內區，然而山上區種植的品質不亞於其他區域，希望未來本區種植的酪梨可行銷到本島各地。另外平陽里位處偏遠山區，每逢颱風季節是重點巡查區域，提醒里民朋友們外出要攜帶雨具，夜間減少外出並注意行車安全。

發稿單位：社會及行政課

聯絡人：陳小姐 06-5781801#313

發言人室：楊課長 06-5781801#301

