



🏠 心蓮蕊荷園

【山光水色相映 享用沁人心脾的荷花大餐】

綠塘搖豔接星津，
軋軋蘭橈入白萍。
應為洛神波上襪，
至今蓮蕊有香塵。



——唐·溫庭筠《蓮花》



「心蓮蕊荷園」坐落於富里鄉農會羅山展售中心對面，在省道台九線的另一側。來到這裡，很少有人不被眼前大片美麗的荷塘風景所吸引—粉色荷花含苞待放，涼風送來陣陣幽香，放眼望去，遠方青山點點，近處荷葉田田，景色清幽，讓人還沒住下來，就已經捨不得走了。



↑ 心蓮蕊荷園的荷田美景



↑ 鍾太太

↑ 鍾阿盛先生

令人意想不到的，這一片片美麗的荷塘，原先卻是用來養殖草魚的水池。主人鍾阿盛先生說，因為妻子在農會展售中心附近經營餐廳「羅山田媽媽有機養生坊」，為了提供新鮮食材給遊客品嚐，當初才決定自行鑿池養魚。但處理鮮魚實在太麻煩，鍾太太負荷不了，出於無奈，鍾先生只得放棄養魚，改種起觀賞用的荷花和蓮花。沒想到無心插柳柳成蔭，淡雅的荷塘在處處是稻田的羅山顯得格外搶眼，反而大受遊客歡迎，現在已經成了民宿無可取代的活招牌呢。



↑ 眺望遠方的中央山脈和近處的翠綠稻浪，讓人的心情跟著沉澱下來。



來到「心蓮蕊荷園」，自然不能錯過赫赫有名的「荷花大餐」。每天早上，鍾先生會在太陽還沒出來之前，採收新鮮的荷花花苞，沖泡成沁人心脾的荷花茶，提供餐廳遊客飲用。而鮮美的蓮子，不論是搭配蝦仁清炒，還是和排骨一起燉湯，都能適時解除肉類的油膩，讓菜餚吃起來更加清新甘甜。最特別的，則要屬鍾太太精心製作的荷葉飯了。荷葉飯費時費工，要先將碎肉、花生、油蔥拌著糯米炒香，再將炒好的餡料用荷葉包起來清蒸，蒸好的飯糰透著荷葉的清香，搭配糯米Q彈的口感和油蔥的鹹香，絕妙好滋味，讓人吃過一次就難以忘懷！

除了荷花大餐，鍾先生最自豪的，還是自己種植的有機米。鍾先生說，年輕的時候，他和大部分的農民一樣，習慣使用農藥來抑制蟲害，但每次噴藥，身體就感到十分不舒服，常常得到醫院掛病號。所以當花蓮農改場在羅山推動有機栽培時，他傾全力支持，停用農藥以後，果然田間環境變好了，稻田裡總是有許多野鳥飛來飛去，他也樂得和鳥兒作伴。細心種植出來的有機米口感絕佳，目前除了賣給農會，也供應太太的餐廳使用，不惜成本，就是希望遊客吃得安心又健康。

← 鍾太太開設的「羅山田媽媽有機養生坊」



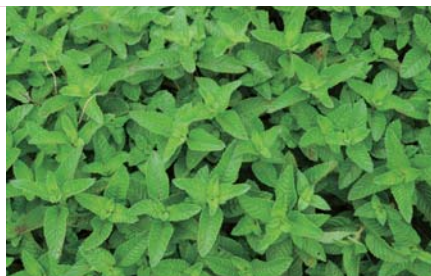


最近這幾年，在農改場輔導下，鍾先生也開始嘗試栽培野菜，翠綠的菜圃裡，有馬齒莧、過貓、落葵、巴蔘、和山苦瓜等各式不同蔬菜，隨著季節變化而有所不同，對吃膩了大魚大肉的現代人來說，野菜獨特的口感味道，反而是另一種新奇有趣的體驗。

值得一提的是，鍾先生也栽種並販售仙草，並提供遊客體驗製作仙草凍。他強調，市面上的仙草凍加了很多人工香料和糖水，而他的仙草凍則是由真正的仙草植株曬乾，再花費整天時間熬煮製成，為了讓味道更香醇，他甚至還在裡面加了蜂蜜提味呢！喜歡古早味的遊客，夏天來玩時，別忘了這一味天然的消暑聖品喔！



→ 鍾先生的野菜園裡，種滿了馬齒莧、過貓、落葵、巴蔘和山苦瓜等不同的野菜



↑ 新鮮的仙草植株

↑ 曬乾後的仙草，經過長時間熬煮、凝結冷凍後，即成好吃的仙草凍。

↑ 巴蔘營養價值極高，清炒著吃，滋味鮮美爽口。



心蓮蕊荷園資訊



主人姓名：**鍾阿盛**



聯絡地址：花蓮縣富里鄉羅山村9鄰5號

民宿聯絡電話：03-882-1409、03-882-1387

羅山田媽媽有機養生坊電話：03-882-1873

手機：0911-274-068

GPS：N23°12'28.2" E121°16'10.2"



羅山可採蓮，蓮葉何田田



農家好料推薦



荷花大餐

以荷花入菜的荷花大餐，健康又養生。荷花從頭到尾都可以妥善利用：新鮮花苞可用熱水沖泡成清香的「荷花茶」；荷葉包裹糯米飯蒸透，就是好吃的「荷葉飯」；蓮子可以清炒可以入湯，「蓮子雞湯」和「蓮子排骨湯」最是滋補；夏天食慾不振，不妨嚐嚐清涼微酸的「涼拌蓮藕」，爽脆的口感，讓你越吃越開胃！





🔥 清炒野菜

鍾先生的有機野菜，滋味清脆爽口，比起大魚大肉，另有一番迷人風味。其中特別推薦清炒巴蔘菜，巴蔘菜吃起來口感獨特，除了爽脆，還帶有類似落葵的黏質感，卻沒有落葵的腥味。根據民間藥典，巴蔘菜健康美味兼具，對於腦神經保健極有幫助，目前在生機飲食店也十分熱門，遊客如有興趣，不妨一試。



體驗活動

- ★採蓮體驗
- ★有機仙草DIY



↑曬乾的荷花花苞，沖泡後即成清香的荷花茶



伴手禮

- ★鍾先生自製的荷花茶及仙草茶，一切純手工製作，不添加任何化學物質，遊客如有興趣，可向鍾先生洽購。
- ★除了手工荷花茶，也歡迎預訂有機米、有機黃豆、季節性野菜等健康食材。



餐飲服務

- ★遊客如需用餐，可至鍾太太開設的「羅山田媽媽有機養生坊」，品嚐荷花大餐和客家料理。餐廳地點在富里農會羅山展售中心旁，彩繪得十分醒目的鐵皮小屋。



房型

四人套房 3間



↑民宿內部陳設簡單乾淨

