

食得刁鑽

住得特別

遊得盡興

跟住碌 Sir，盡享台中精華



曾智華 著





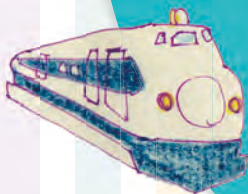
肥
碌

食!

住!

遊!

台
中



香港曾智華先生不僅是廣播名人，也是旅遊達人，直到這兩年我擔任台中市觀光旅遊局局長，才得以結識。我和曾先生可說是一見如故，幾次交談，都讓我更加佩服這個「拖住老婆遊台中」的香港老朋友，總是可以玩得深度精巧，吃得道地，比在地人還在地。

我倆如此投緣，也許是因為有個共通點，就是我們都屬於熱情真誠的人，而喜歡上台中這個城市。我因公轉任台中，擔任城市觀光最高主管，履新台中不到三個月的時間，就走遍二十九個行政區大小景點，同時也愛上了這個地方。這裏氣候宜人、富有人情味、

生活機能佳且慢活悠閒。實際居住於此，就不難理解 CNN 為甚麼會點名台中為台灣最宜居的城市。

就觀光而言，台中，是台灣南北交通的中心，也是東北亞到東南亞航線的中點，擁有國際海空雙港，香港直飛台中的班機一天八班以上，不消兩個小時抵達，近山靠海又有溫泉，新舊景觀交融，往南向北都便利。到台灣旅遊，選擇中進中出可以一網打盡中台灣國際級觀光亮點，如台中國家歌劇院、高美濕地、南投日月潭、彰化鹿港老街、嘉義故宮南院等。

特別是香港朋友，個個都是美食老饕，不來到台中大啖美食實在可惜。有句話「南北吃飽，台中吃巧」——南北特色在台中匯流，再由台中人賦予新風貌，如聞名全世界的珍珠奶茶、總統嘗過也讚不絕口的當季水果冰淇淋、入選亞洲最佳五十的法式餐廳等。除此之外，台中的夜市美食也是創意十足，市區的公益路也已成爲新創餐廳的一級戰區，從日本料理、牛排到鍋物等各式美食兼具。

二零一七年台中市首度進入「全球百大旅遊目的地城市」，代表着愈來愈多的人流來到台中，認識這裏的美好。如果您還不熟悉這個城市，不妨跟着曾氏夫婦的腳步，細細體會城市風土人情，享受旅行台中的樂趣。

陳盛山局長
台中市政府觀光旅遊局



我出生於台中並居住了四十多年，台中給我的感覺是氣候宜人、美食餐廳林立、用餐環境品質佳，並具有文化氣息的宜居城市。每次朋友來台中找我，一定從早上開始就安排品嚐台中最道地的人氣早餐，有米糕、炒麵、滷肉飯、湯包、蛋餅等；中午找一家特色餐廳，用心感受店家老闆想要傳達的空間設計創意及貼心；到了晚上就安排夜市之旅，包括逢甲、中華路、忠孝路及一中街等，好吃且便宜的夜市美食，總是讓人食指大動。

用餐之餘，更可以到台中最有名的草悟道周邊地區或文化創意產業園區走走，開展一趟市區之旅，保證讓你印象深刻。當然，也可以坐台灣好行或公共運輸工具到台中近郊風景區，一覽中台灣各地的美景，體驗台灣獨有的熱情及好客，品嚐在地美食小吃。另外，絕對不能錯過的就是台中特色旅店，每一間旅館融合了文創與美學設計，每一間房間似乎都在向你展現旅店主人想傾訴的故事，搭配優質的服務品質，絕對讓你有賓至如歸的感覺。

近年來，在台中市政府觀光旅遊局陳盛山局長號召下，結合中台灣七縣市成立觀光聯盟，並且持續前往港澳推廣中台灣觀光，造成中台灣變成旅遊新熱點，在很多景點都看得到旅客的身影，包括台中的高美濕地、谷關溫泉區；彰化的鹿港小鎮；南投的清境農場、日月潭、妖怪村、溪頭；苗栗的三義木雕等地方，也由於「旅遊中台灣」成為新話題，香港直飛台中成為熱門航線，所以航空公司也配合增班及更換大型飛機，讓港澳遊客可以更便利、更快速前往台中。

曾先生撰寫的這本書，介紹了中台灣的美食、美景及美宿，讓人趨之若鶩，一股想要立即啟程的衝動油然而生，讓遠在異鄉的我也開始懷念家鄉味。感謝曾先生撰書幫忙推廣中台灣，台灣觀光局香港辦事處也會不斷地將各項觀光資源介紹給港澳旅客，讓大家輕易入寶山，滿載而歸。



蔡宗昇主任
台灣觀光局駐香港辦事處

認識一個有趣的地方，有如認識一個有趣的人。有趣又深藏不露的地方及人，需要耐性去逐步接近其內心世界，就如剝洋蔥一樣，一層一層將表皮剝下。每剝一層，就發覺……噢，原來更多美態在其中！

2014年初踏足台中，感覺非常良好，故此，決定在出版第一本有關台灣的旅遊書中，撥出三分一版位介紹其美景、美食、美住（美麗的住宿）及美人（美麗的人）。完成後，才發覺對台中的認識，僅屬皮毛。因為，大台中包括台中市、彰化、嘉義、苗栗、南投及雲林等城市，各有不同美態。再細分下去，各自的山區中，可能有更多寶藏。於是，決定進一步再剝這個「洋蔥」，希望直達其最美麗的心臟地帶。

事實上，香港人，十之七八遊台灣，只到台北。假若台灣是位天生美麗的姑娘，你到台北，等於只見到「佢 set 行頭、化勁粧、著到周身名牌的外形」。對，極之都市化、現代化，亦充滿積極性，十足中環女強人，外形十分戰鬥格，非常事業型。不過，若你有機會踏足台灣其他部分，包括台東、台南、金門、澎湖……尤其台中，你就會發覺，單以台北印象來認識台灣，未免太表面，失去欣賞台灣真正美麗之處。

我鍾情台中，因當地氣候全年變化不大，不會太冷或太熱，亦非地震區。最吸引者，為高山特多，山上四季皆盛放不同顏色花朵，例如，三月就滿布黃風鈴，若非置身其中，難以感受到一份「優雅的震撼」！

台中土壤特佳，各式花卉外，水果特別盛產。走到葡萄園，但見一串串成熟葡萄任君品嚐，嘩！若只活在香港，難以想像！

感謝台中旅遊局局長陳盛山先生及安達旅運胡嘉昌先生協助，透過他們四通八達的人脈關係，引領我作出多次台中深度遊，接觸了不少精彩的人、精彩的事及精彩的景物。

希望這本書能先帶大家認識一個充滿魅力的台中，繼而親身前往一遊，享受其一切，肯定會快樂無比呢！



序一——陳盛山局長	2
序二——蔡宗昇主任	3
前言	4



台中市

台中第二市場	16
三代福州意麵	18
城門雞蛋糕	20
盛橋刈包	22
阿斗伯冷凍芋	24
富鼎旺豬腳	26
天天饅頭	28
紅點文旅	30
1969 藍天飯店	32
蚵仔粥	36
咕嚕咕嚕音樂餐廳	38
鈕吧	40
一膳食堂	42
鮨樂海鮮市場	44
台中國家歌劇院	46
路思義教堂	50

長榮桂冠酒店	52
水舞行館	54
原味館	58
彩虹眷村	60
芭蕾城市渡假旅店	62
赤牛角平價鐵板燒	66
寧菠小館	68
菱悅酒店	70



台中近郊

冠軍牛肉大王	78
阿財米糕	80
榕樹下豆花	82
梧棲漁港	84
豐南食堂	88
廟東清水排骨麵	90
又見一炊煙	92
仙塘跡	94
百菇莊	96
優恩蜜觀光果園	98
新峰農場	100



目錄



921 地震教育園區	102
台中國際花毯節	104
木匠兄妹	106
花田民宿	108
薰衣草森林	112
法蝶藝術廚房	116
若茵農場	120
東泉辣椒醬	123



苗栗



桐花村客家料理	128
吉祥樓	130
雲也居一休閒農場	134
三義鴨箱寶	136
卓也小屋	138
三義綠波浪	142
龍騰斷橋	144
泰安觀止溫泉會館	146
飛牛牧場	150
飛牛餐廳	154



南投

金竹味餐廳	160
咱兜黃金脆皮雞	162
遊山茶訪	164
紫南宮	166
天空的院子	168
老五民宿	172
明琴清境山莊	174
秋山居	178



彰化



阿秀羊肉爐	186
吉米好站	188
鹿港老街	190
摸乳巷	192
彰化扇形車庫	194
實用資訊	196
建議行程	198



台中市

我鍾情台中，因當地氣候全年變化不大，不會太冷或太熱，亦非地震區。最吸引者，為高山特多，山上四季皆盛放不同顏色花朵，例如，三月就滿布黃風鈴，若非置身其中，難以感受到一份「優雅的震撼」！



台中市

● 東海大學

● 路思義教堂

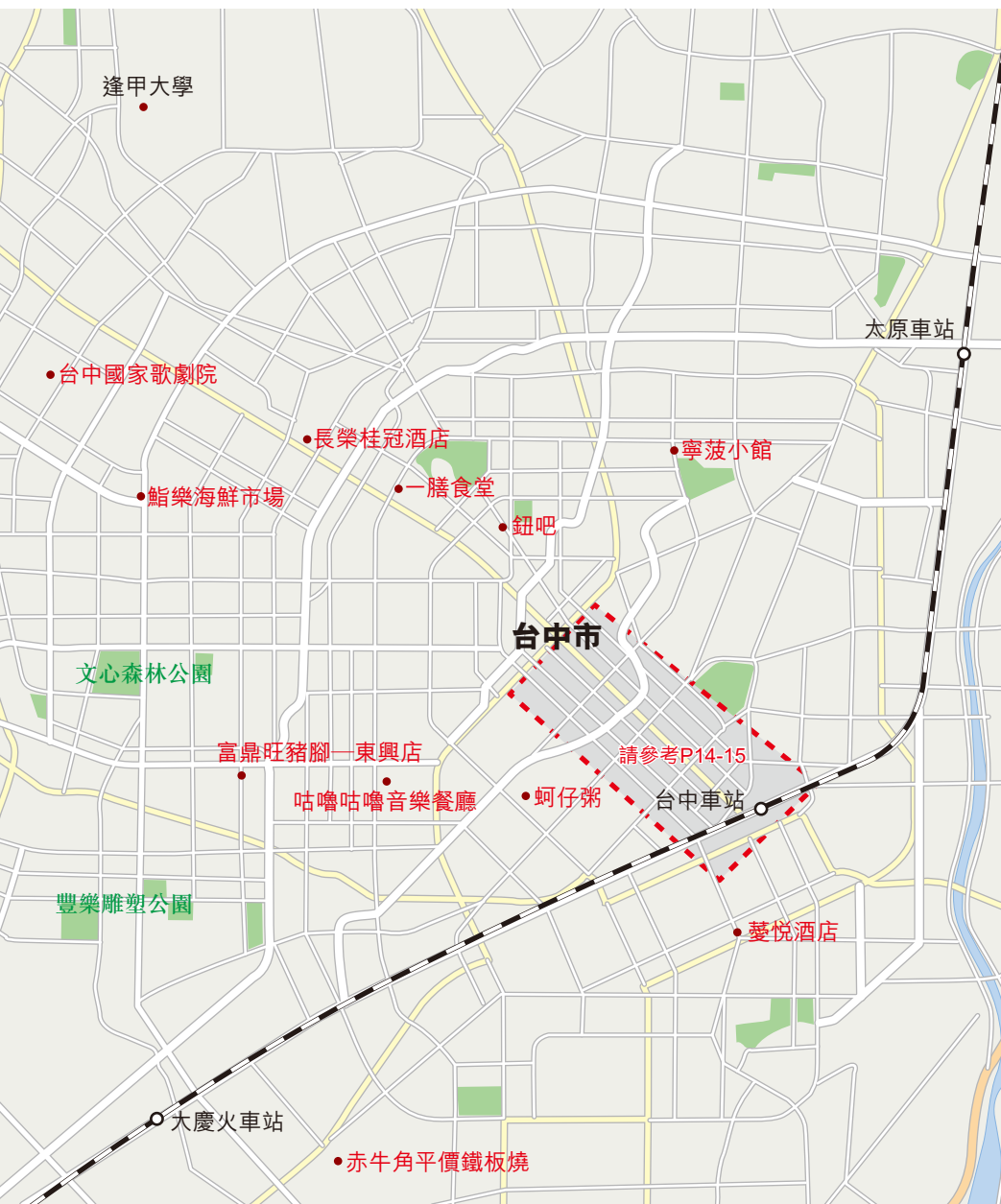
● 水舞行館

● 原味館

● 芭蕾城市渡假旅店

● 彩虹眷村

● 大台中國際會展中心



台中市中區

國立台中教育大學

富鼎旺豬腳
—中正店

阿斗伯冷凍芋

紅點文旅





台中第二市場 懷舊·古早

香港的傳媒、社會活動家、政客及草根市民，經常批評及攻擊領展房產基金（0823），指十年前接手全港公共屋邨商場後，除了大裝修加租外，最令街坊失望為掃走所有懷舊小店。這類小店多為一家人艱苦經營，若非在屋邨靠較廉租金打拼下去，甚難生存。因為，街舖的租金全部都是天文數字，根本沒可能「捱得住」。

台灣又如何？台北之外，基本各地城市發展非常緩慢，尤其台東、台南及台中，仍保有極多古老建築及市場，內裏有不少一代傳一代經營下去的老店，令顧客有濃烈親切感。例如台中市中區的第二市場，就是個集地道特色於一個屋簷下的美食中心，一九一七年開始服務，已有一百年歷史！這裏最大優勢為交通便利，距離火車



站只有九百米，步行十五分鐘已到達，所以，對本地人及遊客，皆極具吸引力。第二市場有不少經典食肆，若要全部幫襯，則三天也吃不完，所以，只能主攻幾間。



首先要試的，是正位於大門入口的「菜頭粿、糯米腸大王」，來一碟「三項」，即菜頭粿、糯米腸和荷包蛋。然後，走到斜對面「老賴茶棧」，喝一杯充滿豆香的老賴豆漿，未夠解渴，再來一杯招牌奶茶好了。

香港人對日本刺身，可用瘋狂來形容。不過，價錢實在太貴了，要經常吃，絕非打工一族可負擔。到第二市場吧！那裏有間標榜「罰站也值得」的滋味小店，以極廉價錢售賣優質刺身，名為「楊媽媽立食」。聽說，老闆是做海產批發生意的，專門將鮮魚交到日本料理店，所以，自己「也小小地玩」一間。不過，顧客得有心理準備，因座位不多，亦不舒適，但生意太好了，很多時真的要「立食」。

第二市場內，美食琳瑯滿目，除上述的，還有豬雜豬血湯、牛肉豬肉餡餅、麻醬相思麵、餛飩湯等。另外，有兩間賣魯肉飯的店，一間是較普及的「山河魯肉飯」，全日營業；另一則是黃昏才開店的「李海魯肉飯」。大家在午市時，可看到店主如何密密手處理如山堆高的豬手，就知其受歡迎程度，乃不可不試之選。

· 台中第二市場 ·

INFORMATION

📍 台中市中區三民路 2 段 87 號
🕒 07:00 -20:00

台中

台中近郊

苗栗

南投

彰化





三代福州意麵 肥美嫩滑豬嘴邊肉



為食鬼條件，必須四處食、乜都食，才發現天外有天、人外有人、食外有食！呢呢，我肥碌最喜歡到台中「掃街」，除因街邊小食特別多外，老舖也不少，能傳承數十年至上百年者，必有其獨門秘笈！

台中市第二市場歷史悠久，內裏的食肆，當然不少也是「長生不老」，其中一間日日坐滿的火旺店，名為「三代福州意麵」。雖稱三代，事實，已發展到第五代。當今日日坐鎮舖中的，乃第四代掌門人趙善棋及兒子、即第五代的趙汝昌。此店一九一七年開業，屹立過百年而不衰，因有兩大頂級出品，一為用高筋麵粉及蛋黃手搓成的意麵，猶如香港雲吞麵店的粗麵。因不落鹼水，故無難聞味，但入口一樣彈牙韌度十足。

「秘方不能公開，搓時要顧及溫度和濕度。我每日只能搓出五十斤！」趙汝昌說。香Q帶動的意麵，撈上肉燥蔥花，的確，未入口已引人垂涎！





另一鎮店之寶，每位老顧客必點的，為滷水豬嘴邊肉，真的非常刁鑽，小弟食盡大江南北，還是第一次嘗到，真絕。出色的廚師，除有能人所不能的廚功外，對於發掘食材，更多充滿天分。原來，豬的面頰，有一塊如此美味油潤的嫩肉！炮製此菜的，正是趙善棋太太趙洪玉淡。只賣五十台幣（港幣十二元！）一碟，真的大大大超值。各位有機會到台中，萬勿錯過此一獨家美食！



· 三代福州意麵 ·

INFORMATION

- 📍 台中市中區三民路二段第二市場 1 之 7 號
- ☎ +8864-2220 4335
- 🕒 08:00-18:30

台中

台中近郊

苗栗

南投

彰化





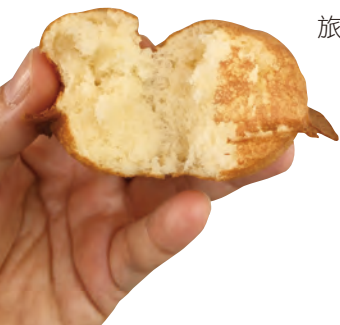
城門雞蛋糕 吃出幸福的味道



香港人，愈來愈喜歡扮現實、扮市儈、扮看透，所以，本來很多人性美善形容詞，不再宣諸於口，例如理想、抱負、使命、幸福……

台灣人呢，較有文化，較單純，較愛追尋心靈感覺，所以，經常提及夢想、理想及幸福——可能，這正是不少人喜歡到台灣旅遊的其中一個原因。香港消失的，在台灣可短暫尋回。

正正因為台灣人講傳承、愛懷舊，所以，一街都是幾十甚至上百年歷史的街邊小檔。他們不求發達、不求擴張，更不求上市或變連鎖店，每日只按





台中

台中近郊

苗栗

南投

彰化



時開檔收檔，將自己最好的，用手工現做現賣給顧客。為維持質素，絕不多做，賣完就回家，享受寧靜的生活，以及幾代共住的天倫樂。如此，這些小檔或小店，絕少加價，總之，默默地做，收費十年如一日，除非逼不得已。

介紹一檔歷史有四十年以上的「城門雞蛋糕」，正是有齊上述特點，在台中，相當聞名，經常要排隊。檔主堅持只賣三大強項——紅豆蛋糕、奶油蛋糕和蜂蜜原味小蛋糕，價錢十年未變過，以香港物價看，便宜得驚人！

一個可以吃得飽的紅豆蛋糕或奶油蛋糕，只賣 2.5 港元！用料質素極高，入口便知龍與鳳。紅豆蛋糕香又甜，起沙。奶油蛋糕，一口咬下，你就會知道甚麼是「吃出幸福感覺」，酥中帶軟，Q 中帶綿，奶油餡滑而不膩。蜂蜜小蛋糕如其名，真的有濃濃的蜂蜜味，絕非混合了防腐劑或人工味道及色素的大量機器生產蛋糕可比，令人欣喜。

我就坐在檔旁吞足三款蛋糕，不禁問胖嘟嘟、可愛的第二代女店主賴旻慧：「為甚麼你們的蛋糕那麼好吃？」羞澀的笑笑：「其實沒甚麼秘密，只是落糖、蛋、麵粉搓時的比例，需特別精準，兼且，要用天然無添加材料手工搓！」



· 城門雞蛋糕 ·

📍 台中市中區中正路 124 號（市府路交叉口）

☎ +886-952 225 245

🕒 09:00-17:00（周日公休）



盛橋刈包 顛覆割包傳統



台灣，很多人、事、物相當迷人，食也如是，尤其傳統街頭美食。當中一種，是割包，好的，可以做到「一咬銷魂」。例如台南市中西區國華街三段的「阿松割包」，現由創店人的第二代林清松太太黃秀錦掌舵，每日凌晨開始用中藥熬五花肉，我也曾排隊輪購，吃了一客豬舌割包（另加大量酸菜）及一碗豬雜清湯。Wow，市場是公平的，「阿松割包」屹立六十年，百分百實至名歸。



台灣如此多老牌割包店，要殺出一條新血路，極之不易。但是，近兩年台中市「宮原眼科」對面，出了一道小彩虹，名為「盛橋刈包」。主持者為「男仔頭」女老闆劉柏佑，基於英文名叫 Snapple，故就為自己起了別號「史奈普」。這位曾經體重達八十多公斤的肥妹仔，決心驚人，以想做、肯做就會成功信念，一減，即減去二十多公斤，如今，以六十公斤標準身形打理店面。

Snapple 自稱是個「不正經的人用正經方法處事」，基於不正經，所以，腦裏時常爆發離經叛道的創意，並有鬥志將之落實。例



如，兩年前在台中市綠橋旁，開設了這家「盛橋刈包」，完完全全捨棄傳統做法，不用豬肉及豬舌等作餡料，改以台中人最喜歡的台中炒麵加大量東泉辣椒醬（台中人的「神醬」）、櫻花蝦加芝士炸薯條、抹茶冰淇淋加馬卡龍……主攻年輕人市場，塑造出敢闖、任性形象，結果一開就大旺。

「盛橋」一個割包加一瓶果汁，賣二十五港元，定價合理，但不設座位，故大家只能以最痛快豪邁的方式，趁熱騰騰出爐時，站在舖外大口大口咬下去！史奈普非常清楚質素控制的重要性，所以每天限量發售。中午開舖，售完即止，絕不多做。兩年下來，已成功建立品牌，準備一飛沖天去！



· 盛橋刈包 ·

INFORMATION

- 📍 台中市區中山路 26 號
- ☎ +886-903 402 778
- 🕒 12:00-18:00



台中近郊

苗栗

南投

彰化





阿斗伯冷凍芋 我不美，但我很美味



經驗老到的長輩及師傅，都會傳授後輩鑑別一個人的心得，指出人不可貌相！若你單單以貌取人，極易被矇騙，尤其現今如此多形象設計師，外表「想執到幾靚都得」，但修養內涵則無得救，必須日日磨練，由心而發也。

食物同理，不是凡好看的，就是美味。所以，我肥碌尋找美食，絕不「以貌取人」。簡單，靠口碑已遠勝睇外表。因口碑不是廣告，而是有人為你做了多次客觀調查的總結，甚少失誤。

台中市甚多街邊小檔，低調樸素，但口碑廣傳，日日坐滿兼排

隊。其中一檔名為「阿斗伯冷凍芋」，就在台中市中區成功路三五六號街角。當地老街坊，不停幫襯，廣傳開去後，全台食客蜂擁而至，就為要歎一碗看來其貌不揚、但被形容為「單純而充滿幸福感」的冷凍芋頭。此





小檔已有近四十年歷史，第一代創辦人名叫陳海泉，如今由兒子陳健義接手，每日從全台灣購買最當造、最頂級的芋頭，先去皮兩次，煮熟後，只抽取中間精華一段，切好一件件，放入小檔中，用糖水冷凍。因為，經多年反覆研究，老陳鎖定如此做法，芋頭口感最好，味道最突出。

講多無謂，入口試試最實際。噢噢噢，服服服，一件如此基本外形的芋頭，可以用極簡單方法玩出絕不簡單口感，又軟又鬆又粉，濃濃芋頭味在口腔中打滾，歷久不散，難怪幾十年來天天客似雲來。行行出狀元，「阿斗伯」肯定是芋頭狀元！



· 阿斗伯冷凍芋 ·

INFORMATION

- 📍 台中市中區成功路 356 號
- ☎ +8864-2221 8061
- 🕒 14:30-01:00

台中

台中近郊

苗栗

南投

彰化



肥碌

食!

住!

遊!

台中



知出版社
COGNIZANCE PUBLISHING

上架建議：(1)旅遊
(2)地理

作者
曾智華

編輯
Eva Lam

美術設計
陳玉菁

出版者
知出版社
香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心1305室
電話：2564 7511
傳真：2565 5539
電郵：info@wanlibk.com
網址：http://www.formspub.com
http://www.facebook.com/cognizancepub

發行者
香港聯合書刊物流有限公司
香港新界大埔汀麗路36號
中華商務印刷大廈3字樓
電話：2150 2100
傳真：2407 3062
電郵：info@suplogistics.com.hk

承印者
百樂門印刷有限公司

出版日期
二零一七年七月第一次印刷

版權所有・不准翻印

All rights reserved.

Copyright ©2017 Wan Li Book Co. Ltd.

Published in Hong Kong by Cognizance Publishing,
a division of Wan Li Book Company Limited.

ISBN 978-962-14-6191-9

鳴謝：春天旅行社



有人說：「南北吃飽，台中吃巧。」識飲識食的肥碌，除了食得地道，還會發掘店家的故事，品嘗起來別有一番滋味。除了吃，肥碌還喜歡走過高山、果園、農場享受大自然，住在特色民宿與主人閒話家常，在台中體驗在香港難以想像的生活！

- 為食鬼條件，必須四處食、乜都食，才發現天外有天、人外有人、食外有食！
- 台灣，很多人、事、物相當迷人，食也如是，尤其傳統街頭美食。
- 我肥碌尋找美食，絕不「以貌取人」。簡單，靠口碑已遠勝睇外表。因口碑不是廣告，是有人為你做了多次客觀調查的總結，甚少失誤。
- 愛美食的人，首先不能嫌三嫌四。我的方法，做足運動，食一餐好的，然後，減食兩餐。總之，好的一餐，必須盡情！
- 每樣美食，皆有其特質，皆有其先天韻味，必須原作品嘗，才有神髓。例如豬腳，若是缺了層皮，成何體統？



ISBN 978-962-14-6191-9



9 789621 461919



聯合出版集團

HK\$88.00

Published in Hong Kong



上架建議：(1) 旅遊 (2) 地理