

封面故事 Cover Story

登七樓峭壁，採蔬錦繁花——

One Nature

樊花錦

文 ■ 依依 知意

攝影 ■ 李昇霖



考量交通易達性和能見度，多數餐廳會設置在一樓。今年五月甫開張的樊花錦餐廳獨樹一格，既不寄居於熱鬧的百貨公司，也不落腳在喧譁的馬路旁，它以博物館為鄰，靜靜地綻放於七樓峭壁，有緣的人啊，自會嗅著它的撲鼻芬芳，登樓採摘。

叮，傳菜鈴的聲音清脆遠播。一道道色澤亮眼、擺盤美觀的西式蔬餐，如華似錦，繽紛上桌！



醬料達人陳宇恬 有愛無畏推蔬餐

重視養生飲食、關心弱勢團體的人，對於陳宇恬大概不陌生，他創立「悅豐食品有限公司」販售自己調配的天然醬料，也接手「集賢庇護工場」，讓身心障礙的孩子從事健康食品包裝、販賣。已投身多項公益事業的他，並未因此停下助人的腳步，2014年底，他以餐飲新手之身，出錢、出力、出點子，協助蔬食餐廳樊花錦開張。

峭壁

投資餐廳的行為不稀奇，稀奇的是他投資餐廳的動機。

一般人贊助一項計畫或事業，都是抱持將來可以得到回饋的動機，如果贊助對象眼前需要大量資助，未來又不具吸金潛力，那多半會被劃進地雷區、列為拒絕往來戶。

位於宗教博物館內的樊花錦餐廳就屬這種具備挑戰特質的典型範例。

首先，它曝光度低、易達性低，如天空之城、如一面峭壁，設在大廈七樓，非得多付出幾分辛勞，方能睹其風貌。路上行人走過、路過，不曾抬頭看過。（即使抬頭也看不清吧！）不像一般低樓層餐廳，把店面櫥窗擺設做好，就得到一個向陌生人招手，廣開知名度的機會。

其次，堅持選用七成至九成具慈心理念的天然或有機蔬果、醬料。這些食材不施農藥、不施化學肥料、不用除草



劑，得來不易，成本自然較高。省不下原料的錢，又不願提高餐點價位，只能賺少賠多。

第三，它專賣蔬食，在用口味打動顧客之前，還得先等他們跨過蔬食吃不飽、都是素料、菜色沒變化的概念門檻。

不要說回本了，從一開始，陳宇恬就是用肉包子打狗，天天年年、歲歲朝朝，眼睜睜看著大把大把的鈔票有去無回！

「若所有的人都從商業角度考量，這世界就沒機會。」陳宇恬當年走過接手

集賢庇護工場第一年慘賠的艱困，如今又遇到經營樊花錦沒幾個月，就用掉鉅額資金的窘迫，但他說：「對的事就是要去做。」

繁花

先做對的事，再把事情做對。對陳宇恬來說，開發健康食品、推廣蔬食，就是一件對的事，值得他為此揮汗、燒錢、流淚。

大學時的瑜伽老師告訴他：「十七公斤黃豆，才養一公斤牛肉。」以一客牛排八盎司來算，一公斤牛肉可以餵飽



四個人的一頓午餐；以一百克黃豆打一杯豆漿來算，十七公斤黃豆可產出一百七十杯豆漿。一塊地拿來種蔬果可以養活的人口，比畜牧可以養活的人口多太多了！更不用提牛隻放屁會加劇溫室效應。

從愛護環境、愛護生命的角度來看，蔬食是一項很不錯的選擇。尤其是天然或有機蔬食，不灑農藥化肥，保護了不可計數的小生命。陳宇恬體會到，對這些小生命而言，我們只是吃一口蔬食，就成了牠的救世主、觀世音菩薩，有什麼比這個更好呢？

知音

陳宇恬以One Nature樊花錦為餐廳命名。One是數量上的一，同時也有「一體」、「唯一」的意思。因此One Nature有兩種解釋，第一種是指我們只有一個自然，應當好好珍惜。第二種是說每位前來用餐的顧客，以及員工、合作廠商、老闆本身，都像朵朵獨一無二的花，各有特色，充滿差異，當我們齊聚樊花錦，想著同一件事（愛護自然）、做同一件事（愛護自然），就成為一個整體。

我們在一起，讓大地恢復元氣、繁花似錦，自己本身也成為一道繁花似錦，最美麗的風景。

崇高理想，誰理解？誰支持？誰呼應？提到影響陳宇恬至深的人事物，便是他在「悅豐食品」的合作夥伴——里仁公司和育成基金會。

陳宇恬不斷地說，自己是「被里仁養大的」。陳宇恬在多年前見過里仁的創辦人——日常老和尚。他還記得，老和尚眼睛很亮，笑得好開心。老和尚知道天然有機事業難做，因此親切地問候這群懷有遠大理想的年輕人：「大家好不好啊？夠不夠用？」陳宇恬當場感動得眼淚直流。「世上有人懂我的苦，了解我的努力，」所有的苦都被老和尚撫慰了。即使大眾不了解，必須忍受寂寞去耕耘也心甘情願。

育成基金會的成員是心智障礙孩童的家長們，他們為了自己的孩子，奮不顧身地接受勞工局委託，辦理庇護工場，這樣「父母深情，永不放棄」的使命感及責任心，令陳宇恬非常感動。他希望之後餐廳點心烘焙坊辦起來時，能找庇護工場的孩子們，一起加入烘焙坊的工作，互助互惠。

宗博館一樓入口的天花板有一「珠玉之網」，售票小姐說：「各個宗教的善念，串聯著我們每個人的內心世界，就像是天上的星星，輝映著天空。」宗博館七樓的樊花錦餐廳，也是這樣一張網子，串聯你我心中的善念，交相輝映。



不只是餐廳

兩張椅子，一張桌；點菜用餐，後結帳。多數人的餐廳經驗都很簡單，就是圖方便，免下廚、免洗碗。樊花錦蔬食餐廳，跳脫一般人的想像，高美感空間設計直逼展覽館，讓到來的賓客，在大飽口福、開心購物之際，還能體驗用「吃」改變世界的奇妙威力。

愛心集散地

說是到樊花錦用餐，不如說是到樊花錦享受！

樊花錦，與宗博館對門相望，踏進樊花錦且稍留步，往上瞧，頂上有「哈哈鏡」（上圖）照著！三面明鏡高懸，不



只匯聚了餐廳所有的好視野，還有重重無盡的善意，變換其中的往來顧客，被陳宇恬譽為「最美好的風景！」

入口左側，形塑得堅挺厚實的兩棵大樹（左圖），以樹的形狀代表生機盎然的叢林，樹上陳列集賢庇護工場、里仁、公平貿易、主廚特調的花果蜜等等天然或有機食品，一旁還有各種有機蔬果。

右側，是清涼的飲料蔬果吧，製程長達三、四天的冰滴咖啡（下圖）、主廚拿手的蔬果沙拉可以內用外帶，未來還有宅配。精心籌劃中的點心坊，以台灣本土小麥及老麵做出最好的麵包，並醞釀推出



「倫敦糕」這類古早味中式糕點。

時尚設計

走進用餐區，若不仔細觀察，並不容易發現整個餐廳壁面全部純白一片（上圖），色彩繽紛的布飾是引人注目的焦點。陳宇恬說：「全部白色，是設計師的堅持。」儘管大多數人認為餐廳多油污不適合白色，設計師仍相當堅持。除



了堅持純白，設計師也堅持天花板不用輕鋼架，保留了原有的挑高。設計師是陳宇恬的好友，曾設計誠品和京站，他告訴陳宇恬：「要用裝飾取代裝潢，」果真營造了出人意表的效果。清一色白的空間中，設計師掛飾十色布條，正是宗博館所展示十個宗教的顏色，又以白色布飾串聯，十色自然融合為一。布飾不只顯出獨特設計感，餐區也因而巧妙地隔開。

一張張白淨的餐桌上，投照著柔黃的燈光，看著顧客坐擁寬敞恬靜的空間，陳宇恬悄悄地說：「知道嗎？坐在不同角落，就能享有不同視野、不同感受。這是我的發現。」

環保愛地球

來到燻花錦銷售區，不只食品、蔬果耐人尋味，架上的環保袋，也散發獨特品味。方整又顯得寬厚的環保袋上，印著一個陶醉在大自然的小女生，坐擁鳥語花香的恬然盡寫臉上。這幅圖案，也正是「Love Nature 愛天然」集賢庇護工場標章。



▲▶ 討喜的環保袋。

陳宇恬說：「燻花錦不送禮盒，顧客若有需要，有可愛的環保袋。」討喜的環保袋容量不小，不只實用還可以重複使用，拉開拉鍊，選購的蔬果、餅乾、花果茶……全部都可以放進袋裡；拉上拉鍊，保護到家；回家後，防水的環保袋還派得上用場，要冷藏的蔬果繼續放袋裡，拉鍊一拉，直接送進冰箱就成了！

算一算，靠這個環保袋，這趟省了幾個塑膠袋呢？





主廚， 佳餚的靈魂

視線穿透樊花錦廚房明亮的玻璃窗，工作人員按部就班、各司其職，順利且流暢地完成出菜前置作業。主廚默默掌舵，將繁瑣變單純、吵雜變寧靜。紅蘿蔔、甜菜根、馬鈴薯……在這些美好心靈的巧手下，成就蔬食饗宴，暖胃又暖心。

擁有



十三年西式料理經驗、一年川味廚藝的樊花錦主廚簡世豪，隨手拿起廚房備料，信手拈來就是一道讓人驚艷的料理，而這個讓人著迷的滋味，竟有著一份特別的因緣。

簡世豪說起由葷食的西餐料理，轉換蔬食跑道的過程，覺得這是一個緣分，因為父母都是虔誠的佛教徒，從小耳濡目染，而且每周末都隨父母一起去朝山，雖然當時還沒學佛，但對佛法有一份親近的感覺，多年後，他跟著感覺走向了蔬食。

他回想學做法式料理時，海鮮是普遍的食材，當他取下蟹肉做螃蟹燉飯時，心裡恐懼不已；為了嫩煎魚排，魚肉取下後僅剩頭部，魚竟然還在掙扎，不忍的畫面讓他再也不敢殺魚。心底吶喊：

「我不喜歡殺生，如果能做素食的話該有多好。」只因身為學徒，得先學功夫，等待出師的日子。

終於熬到選擇的那一天，簡世豪離開西餐廳回到桃園，在「蕃薯藤TINA廚房」初試有機餐飲，只圖盡量不做葷食。等待中，人生的機緣悄悄來訪，這



天陳宇恬找上他，誠懇說明：「如果做一件事，可以讓大地的昆蟲、無數的生命恢復生機、解救眾多生命，你願不願意？這番話說中他的心坎裡，簡世豪當場允諾，然而他以前沒做過蔬食，也不知蔬食的概念，不免惶恐。

陳宇恬則十分樂觀，他對簡世豪說：「不會做蔬食正好，可用西餐的手法，取代傳統素食。就是把西餐的原汁原味搬到蔬食啦！」簡世豪果然不負期待，他的法式、義式等料理等皆十分到位，不會為了節省成本，或者追求方便、快速，購買外面已經做好的調理包，他用

扎實的功夫烹調每一道料理。以千層麵來說，簡世豪會自己熬煮醬料，再一層一層地鋪上麵條；番茄乾以烤箱慢慢烘烤，而不是買現成的袋裝或罐裝番茄乾。

以前簡世豪以為自己吃素就好了，而陳宇恬給他一個升級版：「其實土壤中的小生命，我不殺伯仁，伯仁卻因我而死。」所以樊花錦的食材取自天然或有機，因為不用農藥、化肥、除草劑的耕作，大地的小生命因人們蔬食而被解救。

於是，簡世豪將累積多年的廚藝，萃

取精華融入蔬食料理，這份細緻的手工藝，呈現蔬食天然、有機的風味，端出樊花錦料理的特色，也對保護地球的蔬食者，獻上崇高的敬意。

「相較於葷食餐廳，這兒心比較寧靜。」這是簡世豪從事蔬食一年餘最大的改變，「我已經不會那麼衝動、急躁了。」以往的工作環境不免有腥味，蟑螂老鼠出沒頻繁，而今工作環境立即獲得改變，而且夥伴隨和好相處，有的夥伴吃素已經多年，有的原本沒吃素，現在幾乎快變成素食者了。做蔬食是緣分，沒想到美夢成真，這件美好的事，

**主廚私房菜****醬燒有機豆包海苔捲**

私房料理大公開，樊花錦主廚簡世豪為蔬食者考量均衡的營養，力薦「醬燒有機豆包海苔捲」，因為豆包、海苔皆富含蛋白質、芝麻性溫熱可開胃、山藥有益於腸胃蠕動等，這份貼心等你試做與品嚐。

稍微構思，隨手拈來盡是功夫菜。面對攝影師及多位客人，他不禁靦腆：「有機的黃豆真的很香，如果用一般的豆包，吃起來就沒有黃豆的香氣。」他滿足地將手邊的有機豆包對半切開，然後鋪上海苔……

展現廚藝中，語氣愈來愈平穩，盈滿自信：「我的料理沒有很複雜，全部採

用好食材，以簡單的烹調為原則。」簡單中依然有工序。煎豆包時，不忘叮嚀：「熱鍋冷油較不易沾鍋、焦黃，若是熱鍋熱油，油容易變質。」

這份簡單的烹調，從家常到宴客層層升級，甚至可以裝飾玫瑰花瓣營造低調浪漫的奢華，請讀者領略不同層次的美感與口味。



**食材**

豆包、海苔、山藥、綠花椰、白芝麻

醬燒材料

素蠔油、糖水、香油，三項比例分別是3：2：1。

淋汁材料（可作各式料理或是火鍋的蘸醬）

花生醬200公克、白芝麻醬200公克、醬油180公克、辣油少許、糖少許、白醋少許、飲用水350公克，以上材料拌勻備用。

做法**一、家常版**

1. 豆包捲：豆包對半切開，鋪上面積相似的海苔，向內捲起，末端接縫處蘸一些太白粉或地瓜粉黏合，黏合處朝

下，對切後呈年輪狀。（海苔也可換成菠菜、小松菜等葉菜類，川燙後使用）

2. 熱鍋後放入食用油，豆包捲切面朝下，小火翻煎至略焦的金黃色。

3. 醬料倒入鍋中，加點水煮滾，醬汁不斷淋在豆包捲上以利均勻入味，約兩分鐘即可起鍋。

二、升級版

1. 山藥泥：取少許山藥切成絲狀，加些鹽及橄欖油備用。

2. 花椰菜川燙後備用。

3. 混合淋汁材料備用。

4. 將豆包捲、花椰菜擺盤，山藥泥鋪於豆包捲中段，淋上淋汁、撒上白芝麻、擺上海苔絲、辣椒絲、紅胡椒粒等裝飾。

