

2026 中華民國養鹿協會 第五屆【養生鹿茸。膳食新秀】
國產鹿茸創作大賞活動辦法與規章

一、活動主旨：

中華民國養鹿協會由全國鹿農共同組成，為推廣國產鹿茸銷售並深化食農教育，特舉辦本次養生料理競賽。藉由參賽隊伍展現精湛廚藝與創意巧思，研發多元鹿茸養生食補食譜，拓展鹿茸於現代料理中的應用可能，形塑國產鹿茸多元食用風氣。透過料理創作與交流，期望提升民眾對鹿茸食補文化的認識與接受度，彰顯在地優質食材價值，並促進鹿茸產業永續發展，落實健康飲食理念與食農教育精神。

二、辦理單位

指導單位：農業部

主辦單位：中華民國養鹿協會(以下簡稱:主辦單位)

承辦單位：天喜整合行銷事業有限公司(以下簡稱:承辦單位)

協辦單位：實踐大學



三、活動主題

作品設計搭配「國產鹿茸系列食材」為創意概念的菜餚或甜品：

(一) 採取現場烹調方式，所有食材均在比賽現場處理。

(二) 為激發選手烹調出多元創意料理或甜品，承辦單位提供：鹿茸片、鹿茸酒、鹿茸粉、鹿隊長益生菌各一份，讓選手在比賽之前烹調試作及比賽現場烹調用。以上份量請詳【附件一】

鹿茸製品資訊 <http://www.deer.org.tw/b5>

四、參賽者資格與組隊人數：

(一) 18 歲（含）以上，餐飲烘焙相關行業工作者、全國餐飲相關科系之學生或對餐飲烘焙有興趣者（限居住於台、澎、金、馬地區之中華民國國民）

(二) 每組參賽隊伍含指導老師以 3 人為限，同一人不可跨組參賽。

五、活動日期、場地（若有更動，承辦單位將另行通知）：

(一) 預賽 115 年 10 月 4 日（星期日） 下午 13:00~16:30。

實踐大學：台北市中山區大直街 70 號

(二) 決賽 115 年 11 月 1 日（星期日） 下午 13:00~17:00。

實踐大學：台北市中山區大直街 70 號

六、報名步驟及截止日期：

(一) 採取「線上報名」方式

即日起至請至網址 <https://forms.gle/ZGkieEgQa6CLVLaz9> 填寫「報名表」。

過往比賽內容請至臉書粉專

https://www.facebook.com/deerfarmers/?locale=zh_TW

(二) 報名期間：即日起至 115 年 9 月 4 日 23:59 截止。

(三) 遴選方式：

1. 由承辦單位依參賽者填寫報名資料及相關內容之完整度，進行資格審查，符合資格審查之10組參賽隊進入預賽。
2. 通過資格審查者，由承辦單位於115年09月10日以簡訊、電子郵件等方式通知參賽隊。洽詢專線 (02) 2598-8519

七、活動流程

【預賽賽程表】 10 月 4 日(日)

時間	時長	流程
13:30 ~ 14:00	30 分鐘	10 組參賽隊伍報到、檢查器具
14:00 ~ 14:10	10 分鐘	主辦單位開場與規則說明
14:10 ~ 15:10	60 分鐘	選手料理時間（一菜）
15:10 ~ 16:10	60 分鐘	評審依作品完成順序，同步試吃評分
16:10 ~ 16:30	20 分鐘	評分結果公布、頒獎、活動圓滿結束

【決賽賽程表】 11 月 1 日(日)

時間	時長	流程
13:00~13:20	20 分鐘	5 組參賽隊伍報到、檢查器具
13:20~13:30	10 分鐘	主辦單位開場與規則說明
13:30~14:00	30 分鐘	溫國智主廚示範鹿茸料理
14:00~15:40	100 分鐘	選手料理時間（一菜一湯）
15:40~16:30	50 分鐘	評審依作品完成順序，同步試吃評分
16:30~17:00	30 分鐘	評分結果公布、頒獎、活動圓滿結束

八、活動說明：

(一) 評審委員

由餐飲專業人士『國宴主廚』溫國智主廚擔任主審，率領許瓊月營養師、美食專家沈軒毅及農業部與產業代表一起擔任比賽評審委員。

(二) 參賽隊伍每一組食材及車馬補助費\$1,000。

(三) 進行方式

1. 烹飪料理可以「菜餚」或「甜品」方式呈現。
2. 料理份數：預賽時烹調一道菜、決賽時烹調一道菜和一湯。預賽、決賽菜品不能相同。

3. 每道菜份量 6 人份請均分二盤，一盤放於評審區供試吃，一盤置於展示區供拍照，賽後請自備容器取回。
4. 比賽當天配置食材：鹿茸片、鹿茸酒、鹿茸粉、鹿隊長益生菌。
5. 比賽隊伍報名時，需為創作料理命名，並說明其創意。食譜請詳列出使用的食材、烹飪方式、創作動機。

(四) 有興趣報名者，可參考以下鹿茸料理相關作品

◆ 113、114 年第三、四屆獲獎作品（請詳附件二）

◆ 中華民國養鹿協會臉書：

https://www.facebook.com/deerfarmers/?locale=zh_TW

九、 評分標準：

項目	口味	烹調技巧	擺盤與創意	主題切合與料理解說	食譜
佔比	40%	20%	20%	15%	5%

十、 獎勵內容：

名次	名額	獎勵
第一名	1 組	獎金 30,000 元、獎盃
第二名	1 組	獎金 20,000 元、獎盃
第三名	1 組	獎金 10,000 元、獎盃
最佳人氣獎	2 組	獎金 5,000 元、獎狀

十一、活動注意事項：

1. 參賽隊伍參與本活動，即同意接受本活動之辦法與注意事項規範，如違反者主辦單位得取消其參賽或得獎資格，並就因此所產生之損害，得向參賽者請求損害賠償。
2. 各組完成報名後，除了非不可抗力的因素，請恕不受理更換參賽組別及隊員之申請。
3. 每位參賽選手請依據個人資料保護法等相關規定，詳閱個資蒐集及告知事項；入圍決賽作品之智慧財產權由參賽者與主辦單位共同擁有，主辦單位可用於進行國產鹿茸相關宣傳及參賽作品商品化之用。
4. 經檢舉報名不實者，主辦單位有權取消參賽及得獎資格。
5. 參賽隊伍必須於活動當日報到時間前抵達，進行賽前準備與材料檢查程序，若遲到者視同棄權，請恕無法進場參賽。
6. 比賽過程之調料、非主食材（國產鹿茸與鹿茸製品）之其他菜餚及擺盤展示

佈置物由參賽隊伍自行準備。

7. 參賽所使用廚房設備及操作器具清單，請參照以下第 27 點，若有其它器具需求請選手自備。
8. 參賽選手需自備廚師服、圍裙、口罩、穿著長褲、包鞋，比賽時穿著廚師制服不得有個人、學校、公司 LOGO 且需要乾淨整齊。若有 LOGO 或可辨識的字樣，請自行處理遮掩。
9. 參賽選手完成之創意料理，無論是給予評審或展示用之創作，盤內所有陳列皆需可以食用（包含主菜、裝飾及配料等）。
10. 活動當日在必要情況下主辦單位有權修改比賽相關規則，並由主評審向參賽隊伍說明。
11. 評審委員對當日參賽隊伍所提出之疑義有絕對裁決權。
12. 主辦單位對於參賽隊伍所攜帶之器具與個人財務不負保管之責任。
13. 主辦單位於活動當日具有錄影與拍照權利。
14. 凡報名參賽，即視同意認本競賽的各項內容及規定，若有未盡事宜，主辦單位擁有解釋權。
15. 若比賽日期倘遇中央政府機關發布停止集會及活動等相關活動訊息，將由承辦單位另行通知時間。
16. 本活動參加者於參加本活動同時，即表示已充分知悉與同意主辦單位，基於本活動之特定目的內蒐集、處理及利用您的個人資料，個人資料類別包含姓名、電話及活動所須個人資料，並同意主辦單位將本次所蒐集之個人資料，與其原有之用戶資料庫進行分析及彙整。
17. 本活動參加者請自行確認所填寫或登錄之資料均為正確，若因資料不全、不實、錯誤或其他非可歸責於主辦單位或承辦單位之事由，致無法通知活動相關訊息導致無法參賽者，請恕主辦單位或承辦單位不負責。
18. 獲獎者若放棄領獎，不可向主辦單位要求轉讓、折讓、退換現金或其他獎項，或請求任何調整事項。
19. 主辦單位就本活動參賽者之資格，保有審查權利。參加本活動者，若以明顯違反活動公平性之方式，惡意影響其他參賽者，或經查核有不符本活動規定之參賽資格者，一經主辦單位發現或經第三人檢舉證實後，主辦單位有權立即取消參賽者之參賽或得獎資格，並得追回本活動獎金獎品，且得對於任何破壞本活動之行為人訴追一切法律責任。
20. 參賽者如在參加活動過程中，發生不當言詞或行為，導致主辦單位或其他任何第三人權益遭受損害時，參賽者應負一切民刑事責任，主辦單位亦將取消其參賽或得獎資格。
21. 本活動如有任何因參賽者，產生不可歸責於活動主辦單位之事由，而使其參

賽發生無法參賽或是完賽之情況，主辦單位不負任何法律責任，參賽者或得獎者亦不得因此異議。

22. 參賽者須保證所有填寫或提出之資料均為真實正確，且未冒用任何第三人之資料。如有不實之情事，將被取消參加或中獎資格，主辦單位不負任何責任，且如有致損害於主辦單位或其他任何第三人，由參賽者負一切相關責任。
23. 依中華民國稅法規定，獎項金額超過新台幣 1,000 元(不含)，得獎人於年度報稅時須計入個人所得，故於獎項金額提供後、所得稅徵收前將收到主辦單位發出之扣繳憑單。獎項金額超過新台幣 20,000 元，須先繳交 10%稅額。
24. 本活動若有未盡事宜，主辦單位保留擴大、修改、取消、終止本活動、活動獎品、本活動截止日期之權利，並將不另作解釋或通知。

25. 個資蒐集告知事項

※填寫、寄出本表格，即視為已閱讀並同意附件個資蒐集事項告知之內容。

- 蒐集個人資料單位：由主辦單位，委託承辦單位辦理料理比賽（以下簡稱本活動），並由承辦單位蒐集個人資料。
- 蒐集之目的：學術、行銷。
- 個人資料之類別：包括個人資料中之識別類（辨識個人者中之姓名、生日、電話、電子信箱、任職/就學單位）等。
- 個人資料利用之期間：自台端報名本活動起，至活動使用完畢後六個月內銷毀。
- 個人資料利用之地區：僅限於台灣、金門、澎湖、馬祖等地區利用，且不會移轉至其他境外地區利用。
- 個人資料利用之對象及方式：於本活動之特定目的必要範圍內，依通常作業所必要之方式利用此個人資料。
- 依個人資料保護法第三條規定台端得行使之權利及方式：台端得向承辦單位提出申請，以查詢、閱覽、製給複製本；或補充／更正、請求停止蒐集、處理、利用或刪除個人資料內容之一部或全部。（註：參加人申請查詢、閱覽、製給複製本時，將酌收必要成本費用。）
- 參賽者填寫個人資料後，以任何方式遞送至承辦單位收執時，均視為已同意其所填寫之個人資料，供主辦單位、承辦單位於辦理本活動之特定目的必要範圍內處理及利用；此外，參賽者填寫相關之個人資料欄位，若參賽者選擇不願填寫，將無法參加本次活動所提供之相關服務。
- 個人資料安全措施：主辦單位、承辦單位將依據相關法令之規定建構完善措施，保障台端個人資料之安全。

26. 參賽暨授權同意告知

※填寫、寄出本表格，即視為參賽者已閱讀並同意以下各項告知之內容。

參賽者同意遵守以下約定，並就提交之參賽作品（以下簡稱本著作），同意無償授權下列著作財產權及比賽相關肖像權予主辦單位、承辦單位利用，內容如下：

- 同意遵守主辦單位所制定活動辦法之相關規定，並願配合人員之指揮及接受評審團之結果。
- 著作財產權之授權標的與範圍：
同意本著作之著作財產權專屬授權主辦單位、承辦單位得不限時間、地域、次數、重製、公開口述、公開播送、公開上映、公開傳輸、公開展示、改作、編輯、散布及出版，主辦單位並得授權第三人利用。
- 肖像權之授權：參賽者同意授權主辦單位及主辦單位指定之人於比賽時安排攝、錄影，並授權主辦單位得隨時自由修飾、使用、公開展示該攝影著作及視聽著作中立書同意人之肖像及聲音。
- 參賽者同意不對主辦單位及主辦單位授權之第三人行使著作人格權。
- 權利擔保：參賽者擔保授權之標的，並未侵害第三人之著作權或其他相關權利。主辦單位若因利用授權標的致涉及第三人之著作權或其他權利時，一經主辦單位通知，參賽者應依據主辦單位要求之方式出面協助解決，並應賠償主辦單位因此所遭受之一切損失，包括但不限於損害賠償金及和解金。

27. 活動場地提供廚具清單

NO.	品項	數量	NO.	品項	數量
1	瓦斯爐	2	12	中式炒鍋	1 個
2	工作台	1	13	湯鍋	1 個
3	水槽	1	14	夾子	1 個
4	生熟食砧板	共 3 個	15	鍋鏟	1 個
5	垃圾桶	1 個	16	筷子	2 雙
6	抹布	1 條	17	中餐菜刀	1 把
7	打蛋器	1 個	18	削皮刀	1 個
8	馬口碗	3 個	19	刮刀	1 個
9	配菜盤	3 個	20	剪刀	1 把
10	濾網	1 個	21	湯匙	2 支
11	湯杓	1 個	22	平底鍋	1 個
成品展示區 40*40cm*1					

注意事項：

1. 活動現場不提供餐盤餐具，請參賽隊伍自行準備盛裝比賽菜餚所需的餐具（包括評審品嚐及展區呈現的餐盤）。
2. 現場不提供調料，調料請自備。
3. 每道菜均分成 2 份，其中 1 份將給評審試吃評分(分裝成 5 小份)，另 1 份放置在展桌上僅供參觀。

【附件一】承辦單位提供參賽隊伍「國產鹿茸系列食材」

- 用途：預賽賽前試作、預賽及決賽前和決賽當天各一份
- 每一組入菜份量表（以下組合為一份）

(1)鹿茸片：2~3 片	(2)百補鹿茸藥酒：300cc
(3)鹿茸粉：2 g	(4)鹿隊長益生菌 5 包

【附件二】

2025 年獲獎作品

第一名作品【鹿之泉·森林鹹派。春之源·綠原濃湯】



鹿之泉·森林鹹派

1. 雞腿切小塊，加入鹿茸酒、鹽巴和胡椒醃漬入味。
2. 洋蔥和馬鈴薯切小丁備用。
3. 洋蔥炒至軟化加入馬鈴薯、雞腿肉及鹿茸酒拌炒並調味，起鍋置涼備用。
4. 製作塔皮：奶油軟化加入鹽巴攪打成膏狀後，分次加入全蛋到完全乳化，最後加入低筋麵粉、鹿茸粉和牛奶攪拌成團，麵糰擀壓成厚度 0.3 公分，冷藏鬆弛後整型入模。
5. 將置涼後的內餡填充至塔皮內，表面覆蓋麵皮刷上蛋液，以 180 度烤焙 30 分鐘，出爐置涼完成。

春之源·綠原濃湯

1. 菠菜汆燙備用。
2. 洋蔥和馬鈴薯和蒜片炒香後加入高湯煮到馬鈴薯軟化。
3. 加入菠菜與鹿茸粉，用調理機打成細緻泥狀。
4. 倒回鍋中以牛奶及鮮奶油調整狀態和濃度，並以鹽巴及胡椒調味
5. 盛盤後撒上堅果碎，完成。

第二名作品【鹿鳴太極+雙境鹿茸·金脆卷】



鹿鳴太極（太極羹）

1. 魚骨高湯熬製：魚骨洗淨、飛水去腥，加入冷水 800 ml，小火煮 40 - 50 分鐘，撇去浮沫過濾。
2. 黑羹製作：鹿茸片泡軟切絲、魚骨高湯加入鹿茸粉、鹿茸絲、料酒小火煮 10 分鐘。加入蝦仁、花枝、魚肉、蟹腿肉煮熟，再加入炒香的扁魚片與蝦米提鮮。墨魚汁調色，鹽、白胡椒雞粉味素調味，以太白粉水勾芡成濃稠黑羹。
3. 白羹製作：蛋白打散，加入高湯小火慢煮，邊攪拌避免結塊。放入筍絲、香菇絲、木耳絲略煮至熟，加入蒜酥提香，鹽、白胡椒調味，勾芡成滑嫩蛋白羹。出鍋前撒蔥、香菜裝飾。
4. 太極呈現：黑羹與白羹同時倒入，讓兩羹自然分流。用小湯匙在黑羹中舀一勺倒入白羹，白羹中舀一勺倒入黑羹，形成太極「魚眼」。

雙境鹿茸·金脆卷

1. 春捲皮製作：鹿茸小塊先用溫水泡軟，切成細末麵粉、鹿茸粉、鹿茸塊、鹽混合，分次加水攪拌成稀麵糊。靜置 20 分鐘後，用平底鍋小火抹薄糊，成春捲皮。柚香鹿茸卷清爽酸甜，平衡鹿茸的滋補感。
2. 柚香鹿茸卷：雞胸肉絲燙熟後苜蓿芽拌入柚子醬 柚子果肉、紅蘿蔔絲、益生菌粉 鹽 糖。取一張鹿茸春捲皮，包入餡料，收口捲緊。

3. 海味鹿茸卷：將蝦仁去殼去腸泥，魚漿備好，鹿茸小塊切細。將蝦仁、魚漿、蛋白、鹿茸粉與細末、太白粉及少量冰水打成黏稠漿，加入鹽、白胡椒調味。鹿茸海鮮漿加鹿茸塊調味後，取一張鹿茸春捲皮包裹。收口捲緊，封邊時可用麵粉水黏合。中火油溫（170℃）下鍋，炸至金黃酥脆。瀝油後裝盤。

第三名作品【鹿茸養生雞片花(菜餚)。香燉鹿茸千層肉(湯品)】



鹿茸養生雞片花(菜餚)

1. 將土雞腿去骨醃製鹿茸酒、鹿茸粉、以及紅麴醬 一大匙、太白粉一大匙、及鹽一茶匙、糖一茶匙，醃味，捲成雞捲，以鋁箔紙固定，放入蒸鍋25分鐘蒸熟。
2. 蒸熟後，放置冷卻，將冷卻雞捲斜切片排成花狀，鴻喜菇當花蕊、將栗子南瓜切雕成葉子狀蒸熟、紅蘿蔔切成方塊型，小黃瓜切成葉片型，紅甜椒 切成尖錐形，分別燙熟排入盤中，淋上以鹿茸酒跟鹿茸粉等製成的芡汁即可。

香燉鹿茸千層肉(湯品)

1. 將杏鮑菇、紅蘿蔔、地瓜、切絲狀，龍鬚菜洗淨切成段狀、小里肌肉切薄片、加入一大匙太白粉。醃味道，將所有食材燙熟過冷，瀝乾水分。
2. 取杯子，分別將豬肉、龍鬚菜、鴻喜菇、杏包菇，放入杯中倒扣碗中，將炸酥的地瓜絲放置最上方，從旁邊淋下以鹿茸酒及大骨熬製成的補湯即可。

第一名 【藥膳鹿茸豬肚雞湯+樂齡鹿茸三小福】



湯品

1. 豬肚洗淨煮軟. 雞腿以鹿茸酒醃製捲入豬肚. 枸杞以61度一小時舒肥
2. 豬骨. 雞翅. 鹿茸. 蔘鬚大火熬煮濃白湯
3. 鹿茸粉. 紅麴粉. 蛋白奶油麵粉拌勻入膜以160度10分鐘烤熟菜及甜點

冷前

西谷米煮透鋪平風乾，以 180 度炸澎，撒上鹿茸粉椒鹽，奶油乳酪打軟加柚子皮美奶滋以及鹿茸凍

主菜

魚肉先以鹿茸酒醃製，魚肉加入青蔥. 蛋白打泥拌入香菇以魚皮包起，低溫舒肥。乾蔥炒香加入鹿茸酒. 甜酒釀. 鹿茸大棗飲

甜點

蛋黃加入鹿茸酒隔水加熱拌入馬斯卡邦乳酪打軟加入糖，鮮奶油打發後拌勻，將鹿茸果凍隔水溶解後依序擺入慕斯，地瓜蒸熟加入鮮奶油、黑糖拌勻裝飾即可。

第二名 【日式鹿茸土瓶蒸、桂圓紅棗鹿茸磅蛋糕佐香橙優格醬】



日式鹿茸土瓶蒸

1. 雞腿肉先用鹿茸酒醃漬1~2小時。
2. 食材洗切完成，雞腿肉川燙備用，白果泡熱水備用。
3. 雞骨頭用水熬煮30分鐘，加昆布包煮5分鐘熄火撈出，加入鹿茸片燉煮20

分鐘，視情況加醬油和鹽調味。

4. 將步驟2食材放入土瓶中，再倒入步驟3的高湯。
5. 準備蒸籠，水滾中火土瓶蒸蒸煮15分鐘即完成。

桂圓紅棗鹿茸磅蛋糕

1. 龍眼乾、紅棗去籽過熱水後切成0.5*0.5 cm 的小丁
2. 加入百補鹿茸藥酒醃漬10 分鐘
3. 在烤模內刷一層奶油
4. 取一顆全蛋與一顆蛋黃打勻
5. 無鹽奶油放室溫軟化後分兩鍋
6. 加入過篩的黑糖粉、龍眼蜜混勻
7. 蛋液分兩次加入，攪拌至完全乳化
8. 加入過篩的麵粉與泡打粉、鹿茸酒拌勻
9. 黑糖加入紅棗；龍眼蜜加入龍眼乾
10. 分上下半填入烤模，中間劃一道痕跡
11. 烤箱預熱170 度，烤35~40 分鐘放至微溫後取出
12. 將鹿茸粉與黑糖粉過篩在蛋糕上

檸檬鹿茸夾心做法

1. 檸檬榨汁
2. 奶油與白砂糖充分攪拌
3. 加入蛋黃攪勻後再加檸檬汁
4. 隔水加熱至均勻

香橙優格醬做法

1. 香吉士用削皮刀取適量果皮切末
2. 去除膜取果肉切小丁
3. 將果肉、果皮用中小火煮至出水
4. 加入鹿茸大棗飲(or 龜鹿茸易飲)
5. 加入白砂糖煮至溶化

第三名作品【鹿茸山藥雞湯、鹿薯塔、冰鹿花餃】



鹿茸山藥雞湯

1. 先將雞肉、山藥川燙過切塊、香菇切花。
2. 加1250ml水、250ml鹿茸酒，加入其他配料慢熬1小時。
3. 加鹽調味。

鹿薯塔

1. 先將馬鈴薯切割成圓柱狀，炸至金黃色，裹上鹿茸果凍和糖漿做外衣，冷卻後再裹上純糖漿形成外殼。
2. 將熱糖漿拉高做成絲狀，做球狀，最後放上薯塔。

冰鹿花餃

1. 先將豬絞肉、高麗菜、蒜頭、蝦米等食材切碎備用加入鋼盆裡面，加入調味料拌勻。
2. 用水餃皮包入餡料，用麵粉跟水以1:10的比例調成麵粉水，先把水餃水煮至8分熟。
3. 最後加入水餃跟麵粉水煎出冰花的形狀。