

創立於 1953 年原址為南京西路

關於我們 - [滋養的故事](#)

滋養和菓子的概念主要是受到日本和菓子文化的影響，但也根據當地的飲食習慣和文化背景進行了本地化的發展。台灣的和菓子文化較晚引進，但隨著台日文化交流的增強，和菓子在台灣逐漸受到歡迎

1. 日本和菓子傳入台灣的歷史背景

和菓子的文化自日本明治時代（1868-1912）以來，逐步傳入台灣。當時台灣是日本的殖民地（1895-1945），在這段時期，台灣的飲食文化受到日本影響，和菓子作為日本的傳統甜點，開始出現在台灣的高級茶室和洋行中。

最初，和菓子主要以其美麗的外觀和細膩的製作工藝吸引台灣的上層社會及貴族階層，並逐漸在民間普及。隨著日本和台灣社會的深度交流，和菓子文化不僅是作為甜點，更與台灣的茶文化融合，成為茶會和節慶的重要元素。

2. 滋養和菓子的興起

滋養和菓子這一概念在台灣的興起與當地的健康食品和養生觀念密切相關。隨著台灣社會對健康、低糖、高纖、天然食品的重視，滋養和菓子這類結合傳統和菓子製作工藝並且注重食材選擇的甜點，逐漸受到消費者的青睞。

滋養和菓子有以下幾個特點：

- **天然食材：**選用紅豆、綠茶、黑糖、枸杞、花草等天然食材，避免使用過多的人工添加物，注重食材的原味。
- **低糖健康：**使用低糖或天然糖分（如蜂蜜、椰糖）來替代精製糖，符合現代人對健康飲食的需求。
- **養生功效：**加入具有養生效果的食材，例如枸杞、桂圓、薏仁等，這些食材在中醫和台灣民間養生中有著長久的使用歷史，與和菓子的甜點風味結合，增添了其保健功能。

3. 當代台灣滋養和菓子店

在台灣，一些和菓子店，尤其是以健康或養生為主題的店鋪，逐漸在市場中嶄露頭角。這些店鋪不僅售賣傳統的和菓子，也會推出特別的和菓子選擇，這些和菓子在配方上更多地融入了台灣當地的食材和特色。例如，使用台灣特有的水果（如柚子、鳳梨）和草本（如蓮子、八角），並且專注於低糖、無添加的製作方式，吸引了大量關注健康飲食和生活方式的顧客。

4. 台灣與日本的和菓子融合

台灣的和菓子文化是一個將日本傳統文化與台灣在地特色相融合的過程。例如，一些台灣的和菓子店會將台灣本土的食材（如阿薩姆紅茶、金棗、台灣米粉等）與傳統的和菓子製作技術結合，創造出具有本地特色的滋養和菓子。這不僅保留了和菓子的精緻外觀和手工藝傳統，還為台灣市場帶來了創新和多樣化的口味。

在台灣，滋養和菓子的歷史發展相對較短，但它正逐步形成自己獨特的風格，並逐漸受到更多注重健康、養生和自然飲食的消費者的喜愛。這類和菓子結合了傳統和菓子的工藝與現代養生觀念，既繼承了日本的甜點精髓，又融入了台灣的在地食材和健康文化，成為台灣飲食文化中一個重要的創新領域。