



圖：林培堯醫師（第 21 屆校友）  
抓魚時須將魚拉至岸邊再以店家提供之毛巾抓起以免滑掉

炎炎夏日，又到了出門活動的時刻了，在此介紹各位一種安全好玩又有口福，又不用曬太陽，闔家歡樂，大人小朋友都開心的活動，那就是到外雙溪的釣魚蝦場釣魚釣蝦，釣完再請釣場幫你料理一桌滿滿好料。

首先介紹釣場，筆者推薦的是至善釣蝦場（台北市士林區至善路 3 段 13 號），營業時間 24H，而且 24H 都可點餐，半夜睡不著或釣太晚都不用擔心（附近蝦場廚房大概半夜一點至二點休息點不到餐）料理口味也是附近數一數二的，不然怎麼會越開越大家（比起筆者 intern 時，大概變二倍大）。

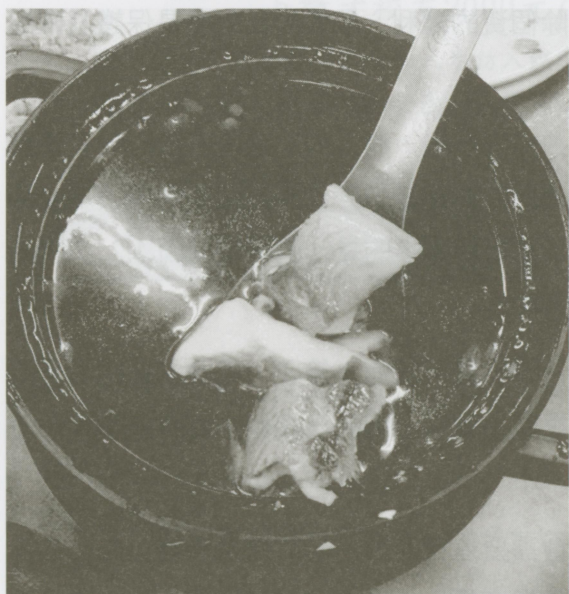


圖：二小時六隻鱒龍魚，店家快吐血了（左下角為另一朋友一小時的成果，鱒魚一隻）

好的，介紹完場地，接下來先介紹釣蝦，先至櫃檯跟老闆說要釣蝦，需先預付二小時 600 元（第一小時 350，第二小時 250，第三小時起一小時 200，多退少補）老闆會給你一盤餌及一支釣竿，初學者可請老闆教導如何量水深及如何鈎餌及釣蝦，還有網路上一堆文章可搜尋，記得檢查釣竿及浮標、線及鈎子的完整再開始釣蝦。

除了釣蝦還有釣魚可供選擇（周六日假如人潮過多會改為釣蝦池而沒有釣魚池）冬天釣魚有鱒龍魚及鱸魚，夏天則為鱒龍魚及鱸魚，鱒龍魚二小時收費 1200 元，第三小時起每小時 600 元，鱸魚及鱸魚則為第一小時 450 元，第二小時起每小時 300 元。

基本上釣魚釣蝦就是也是要保持一個平靜的心態，釣的好固然可喜，釣的不好沒關係，休閒嘛！花錢也是滿滿一桌，還怕沒得吃？技巧需要慢慢精進，有時作釣也是有一點運氣成份。在享受誘蝦誘魚時一揚竿而中的成就感中，相信你會慢慢上癮的，要不然怎麼 NBA 球星林書豪每次回臺灣都要來外雙溪釣蝦，因為好玩又好吃。



圖：藥膳鱒龍魚

推薦好吃料理為藥膳鱒龍魚，鹽酥鱒龍魚，清蒸蒜蓉蝦，胡椒蝦，檸檬蝦，其他一些快炒料理都有，看各人選擇囉，歡迎有興趣的釣友也可相約作釣，小弟不才也可作基礎指導，小弟的 line ID：iseelookiwatch