

二〇二二年七月二十四日

新山支會福林園共  
修處吉祥素宴祈福  
會志工試菜

● 為了鼓勵民眾茹素及  
籌募善款，福林園共  
修處志工們集合在素  
食坊討論辦素宴的日  
期、時間、菜式和細  
節。



攝影者：黃綉英

地點：福林園靜思坊

日期：2022年7月16日

民眾	志工	地點
● 一位	● 三十位	● 福林園共修處 會所

● 志工們同意先辦一場  
對內志工的素宴，如  
有不圓滿的地方可以  
改善及調整。羅梅英  
師姊（慈沁，左）最擅  
長煮素魚翅瓜湯，她  
準備著食材。



攝影者：黃綉英

● 擺盤裝飾能增加食物

美感，鄭翠梅（明采

，上圖左）師姊最擅

長手工雕刻，梁寶芬

（上圖右）師姊向她

學習，用黃瓜雕刻成

花朵。



攝影者：黃綉英

● 鄭翠梅（明采，上圖

右）師姊把橙肉挖出

來打汁喝，橙皮做成

籃子，再做成蝴蝶結

，內放上水果，像是

藝術品。



攝影者：黃綉英



攝影者：黃綉英

食材。

紅蘿蔔、魚翅瓜、等

各種菇類、黑木耳、

瓜湯，藥材熬的湯，

著真材實料的素魚翅

● 羅梅英（慈沁）師姊煮



攝影者：黃綉英

吃起來更加美味。

調製饅頭的醬，讓它

彭玉蘭（慈曙）師姊



攝影者：黃綉英

● 第一道菜是冷盤，廖  
秀蓉（慮宛，右）師  
姊教導彭玉蘭（慈曙  
，左）師姊如何擺盤。

● 冷盤的食材豐富，有  
饅頭包素肉、猴頭菇  
串蔬菜、素肉卷、素  
海藻。



攝影者：黃綉英

● 漂亮的蔬果藝術品擺設，讓人眼前一亮，  
驚嘆師姊的手藝，也  
增加食慾。



攝影者：黃綉英

● 廖秀蓉（慮宛）師姊  
請靜思素食坊的廚師  
來協助比較考功夫的  
菜餚。



攝影者：黃綉英

● 用芋泥圈炸成的「佛  
鉢飄香」，中間放入  
很多美味食材，包括  
腰豆、紅甜椒、紅蘿  
蔔等。



攝影者：黃綉英

● 清淡的西蘭花白靈菇  
吃出西蘭花的原汁原  
味。



攝影者：黃綉英

● 色香味俱全的奶油猴

頭菇。



攝影者：黃綉英

● 開胃又有創意的「鮮果排古」，油條切段，中間插入馬鈴薯條，油炸之後，加上黃梨、青蘋果，淋上醬汁。



攝影者：黃綉英

● 每人一份荷葉飯，一定吃到飽。



攝影者：黃綉英

● 用淨斯穀粉做的甜品，  
，加上美麗的擺設，  
讓人驚呼。



攝影者：黃綉英

● 志工們自付費用品嚐

之後給意見。



攝影者：梁寶芬

● 當天的菜餚份量比較  
大，食量小的志工吃  
不完，只好打包回家



攝影者：梁寶芬

● 宴席過後，廖秀蓉（  
慮宛，左二）師姊召  
集各功能協調，叮嚀  
要大家注意的小細節。



攝影者：黃綉英

● 廖秀蓉（慮宛，中）  
師姊叮嚀負責餐具的  
吳麗萍（慮琄，左）  
師姊宴席到第幾道菜  
需要換盤。



攝影者：黃綉英

二〇二二年八月十三日

新山支會福林園共  
修處吉祥素宴祈福  
會

民眾參與 宴席	民眾參與 功能	功能 志工	地點
● 五十五位	● 五位	● 四十三位	● 福林園共修處 會所

竹筒

品 結緣

招生 菩薩

●  
三十二個

●  
四十九個

●  
二十九位

● 志工們提早兩天把素  
宴要用到的碗盤清洗  
和抹乾。右起.. 許慧

嬌（明岳）師姊、謝  
金英（明崗）師姊、  
何玉鑽（明嶺）師姊



攝影者：黃綉英

日期：2022年8月11日

● 素宴節目在下午五點  
開始，志工們早上十  
點就開始在福林園共  
修處會所準備食材。



攝影者：黃綉英

● 羅梅英（慈沁，右）師  
姊準備著素魚翅瓜湯  
的食材。



攝影者：黃綉英

● 和氣活動幹事劉國雄  
（惟鎮）師兄把樓梯  
格黏上驚示黃黑膠帶  
，以免民眾不小心踏  
錯格，而受傷。



攝影者：黃綉英

● 結緣品組志工把用食物包裝袋做成的靜思語愛心吊飾裝進美麗小袋子，準備結緣給參與素宴的民眾。



攝影者：黃綉英

● 擅長製作饅頭及吐司  
的余秀蘭（慈希）師  
姊，在家做好要擺放  
冷盤的可愛小饅頭。



攝影者：黃綉英

● 民眾潘慧玉是見習潘

文彪的妹妹，哥哥鼓

勵她參與慈濟活動，

志工接引她來協助。

她用心把葡萄的種子

挑出來。



攝影者：黃綉英

● 每一道菜都是志工用心去擺盤，增加美感。  
。梁寶芬（穿灰衣）

師姊、龍麗華（明磬  
，戴黑色口罩）師姊  
、鄭翠梅（明采，戴

藍色口  
罩）師  
姊。



攝影者：黃綉英

● 劉燕娥（慮吟）師姊

油炸冷盤的猴頭菇串  
蔬菜。



攝影者：黃綉英

● 下午四點半左右，民  
眾陸續報到。承擔報  
到的廖友（慈响）師  
姊請民眾寫下名字和  
電話號碼。



攝影者：黃綉英

● 李美連（慈良，站立者）師姊承擔司儀，簡單介紹證嚴法師及慈濟竹筒歲月緣起、正信的七月吉祥月及素食推廣。



攝影者：黃綉英

● 民眾在司儀帶領及音  
控播出的祈禱歌後，  
大家手握蓮花燈，一  
起祈禱人心淨化，社  
會祥和，天下無災無  
難。



攝影者：梁寶芬

● 余秀蘭（慈希）師姊

最後才把醬料慢慢的  
放入每個饅頭。



攝影者：黃綉英

● 廖秀蓉（慮宛，上圖  
左一）師姊召集奉菜  
的師姊們演練如何進  
場及出場。



攝影者：黃綉英

● 樓下節目完畢，民眾  
被帶位志工引領上樓  
入席。精進室只能擺  
六張大桌，每張桌子  
擺好定席者的名字，  
志工引領民眾坐上對  
的位子。



攝影者：黃綉英



攝影者：黃綉英

● 全部民眾坐定之後，  
等待宴席的開始。

● 第一道冷盤就讓民眾

很驚嘆，歡喜的拍照

留念。



攝影者：黃綉英

● 第二道是素魚翅瓜湯，味道好又營養。黃亞蕊（慮勗，左）師姊接引了六位民眾來參與。



攝影者：黃綉英

● 素魚翅瓜湯瞬間就被

吃個精光，永德會館

署理會長（男）豎起

大母指讚好。



攝影者：黃綉英

● 因要給民眾吃熱騰騰  
的食物，要耐心等待  
廚師出菜。司儀李美  
連（慈良，戴白色口  
罩）師姊邀請民眾出  
來分享。



攝影者：黃綉英

● 民眾分享曾經參與其  
他人的素宴，從頭到  
尾都是素料，很不好  
吃。現在吃到植物性  
比較多的菜餚，很是  
歡喜。

● 這位民眾也分享其他  
人的素宴菜餚是素蝦  
、素魚、素肉、素火  
腿，全部都是素料，  
讓人吃到害怕。



攝影者：黃綉英



攝影者：黃綉英

師姊把荷葉飯蒸熱。

劉燕娥（慮吟，中）

羅俊慧（右）師姊、

● 素食坊的廚師也來為  
慈善盡一份力，協助  
比較考功夫的菜餚。



攝影者：黃綉英

● 每一道菜處理好時，  
奉菜志工就奉到她們  
負責的桌號上。



攝影者：黃綉英

● 民眾陳玉友（黃衣）

事後與志工信息分享

.. 「感恩志工的邀約

才能吃到美味佳餚，

節目精彩，菜很特別

又好吃。」



攝影者：黃綉英

● 謝美萍（慮湑，左黑  
衣者）師姊邀約公司  
員工、員工家人及母  
親一起來茹素及護持  
慈善志業。



攝影者：梁寶芬



攝影者：黃綉英

當司儀問道如果下次  
福林園共修處有辦素  
宴，是否會參與？

民眾都舉手表示護持

● 劉燕娥（慮吟，右）  
師姊和廖秀蓉（慮宛  
，戴深藍色口罩）師  
姊在為「鮮果排古」  
淋上醬料。



攝影者：黃綉英

● 最後一道淨斯可可粉  
甜品及用蒟蒻粉加入  
梅果乾的甜品，因製  
作的師姊考慮到大家  
的健康，就減少甜度  
，有些民眾的接受度  
較低。



攝影者：黃綉英

● 廖友（慈响）師姊把

竹筒、慈濟月刊、愛

心吊飾結緣給參與素

宴後要回家的民眾。



攝影者：梁寶芬

善後工作非常重要，  
志工們分工合作，很  
快把場地清理乾淨。

余秀蘭（慈希，左）

師姊及劉燕娥（慮吟

，右）師姊走在最前

，做到最

後。



攝影者：黃綉英

● 推積如山的碗盤要一  
一清洗乾淨。龍麗華  
（明磬，右）師姊及  
鄭翠梅（明采，左）  
師姊也是盡力付出。



攝影者：黃綉英

恭祝 上人

法體安康

常住世間

法輪常轉

馬來西亞分會

新山支會

負責人林慈銜

暨全體靜思弟子

恭敬頂禮