



鳳梨



▲鳳梨是聚合果每個果目即是一朵小花。



▲鳳梨加工品。



▲防日傷是田間管理的重要工作。

●特色

在眾多經濟水果中，鳳梨稱得上臺灣的驕傲，經由育種研發出精彩多元的低酸、高品質、特殊風味及不同產期的鮮食鳳梨，目前以「臺農十七號」，商品名為

「金鑽鳳梨」為主力，果型中等、果皮薄、花腔淺、果肉黃或金黃色、肉質細緻、糖酸比高、風味口感堪稱上乘，三月至四月品質最佳。

●選購原則

高雄縣的鳳梨利用品種及產期調節技術可全年供果。選購時以果實結實飽滿，有重量感，果皮清潔亮麗，無裂縫、擦傷，果目明顯突起，果實新鮮、鳳梨味

十足為上選。

遊覽鳳梨小鄉·內門鄉鐘靈城秀

鳳梨的故事

在臺灣談鳳梨首先要向「鳳梨先生」張清勤先生致敬，育成臺農十三號(多蜜鳳梨)、臺農十六號(甜蜜蜜鳳梨)、臺農十七號(金鑽鳳梨)、臺農十八號(金桂花鳳梨)、臺農十九號(蜜寶鳳梨)，一手打造臺灣鮮食鳳梨。

臺灣地處亞熱帶，冬季低溫、乾燥、短日等因素，很容易誘導鳳梨開花。也許是因為鳳梨容易結果，加上民間勤儉，日據時代就已口耳相傳將鳳梨醃製成「旺來豆腐仔(即蒜鳳梨醬)」，在生活拮据的年代，蒜鳳梨醬是農家佐餐必備食品。而現代蒜鳳梨醬則常被用來煮鳳梨香瓜雞、魚湯、炒青菜、沾饅仔或加入糟及嫩薑配稀飯，口感絕佳，演變為令人懷念的家鄉味。

鳳梨三明治

●作法：

- 1.鳳梨去皮後，各切成約0.5公分薄片。
- 2.鮭魚加入沙拉醬、蔥花和芝麻攪拌；將鳳梨片夾入調好的鮭魚醬和蝦仁，即成鮮美的鳳梨三明治。

資料文/圖來源：高雄縣政府農產運銷科網站 <http://farming.kscg.gov.tw/market/product/Kaohsiung-Agricultural/Index.html>



農皂 園藝植物防治蟲害之非農藥防治資材

農業試驗所針對園藝害蟲防治及安全需求，開發液體皂(農皂)，已證實1-2%農皂液對園藝植物之微小害蟲具良好的防治成效。

園藝植物所在的環境往往是溫暖而通風不佳，此環境易使蚜蟲、介殼蟲、粉蝨及葉蟬等微小害蟲建立其族群且終年活動頻繁。但基於環境安全，故研發非農藥防治資材為大眾在園藝或較小範圍的害蟲防治上需求日益增加。雖然固體肥皂(鹼皂)加水製成肥皂液或泡沫噴施於植株，對蚜蟲、介殼蟲、粉蝨、浮塵子、葉蟬等均有部分防治效果。但由於皂絲混於水溶液時不易調整合適的比例，再加上鹼皂之水溶液滲入土中，被根部吸收後可能對植物生長有不良影響，故影響此類非農藥防治資材的使用。

農業試驗所針對園藝害蟲防治及安全需求，開發液體皂(農皂)，已證實1-2%液體皂液對環境植株(如觀賞植物、花卉及綠籬植物等)之微小害

蟲具良好的防治成效。且此研發產品符合我國農糧署訂定有機病蟲害防治資材及美國有機資材審查學會(Organic Materials Review Institute)皆允許之資材。農皂之殺蟲機制在於稀釋後的溶液直接接觸及破壞蟲體表面，進而使蟲體脫水及死亡。由於對其他非標的的植物或昆蟲並無傷害，且易被環境分解，故屬於對人體及環境較安全的一種防治資材。

聯絡人：
應動組組長王清玲
電話：04-23317601
應動組助理研究員陳淑佩
電話：04-23317623
資料來源：
行政院農委會農藥試驗所網站



養生抗衰·健康十穀米

近年來，社會掀起自然飲食，為養生找出口。其中，十穀米因為蘊藏百種有益人體健康物質，在各界引起一陣旋風。因為十穀米而青春美麗、抗癌有成、找回活力的報導廣泛流傳。十穀米，儼然成為新世紀的養生新寵。

而根據科學研究，十穀米所含成份有助於降血壓、降低膽固醇、清除血栓、舒緩神經，食療效果不亞於藥物控制，且無副作用。

十穀米包括燕麥、蓮子、麥片、糙米、紅薏仁、黑糯米、小米、小麥、蕎麥、芡實，傳統作法是煮成飯或粥，如果想提升口感，可以添加牛奶、龍眼、葡萄乾、茶葉蛋，或隨個人喜好的配料，也可以打成飲品，或做成飯糰、手捲，風味絕佳，製作空間甚廣。

(作法)

- 1.穀物中的蓮子、紅薏仁先行泡水十分鐘。
- 2.將十種穀物各取等量混合，注入一點二倍之水煮熟。
- 3.可選擇三種不同食用法，如比照一般飯食配菜；或

將十穀米飯煮成十穀米粥；也可將十穀米飯與等量牛奶，用果汁機打成飲品

，以糖適度調味，可提升口感。

材料

- 1.十穀米40克、水400克、當歸2克、黃耆2克
- 2.山藥60克
- 3.枸杞10克
- 4.鹽5克

操作程序

- 1.十穀米洗淨，浸米1小時後瀝乾加水、當歸及黃耆入電鍋或煮成粥狀。
- 2.放入切丁的山藥在煮約5分鐘。
- 3.放入洗淨的枸杞及鹽調味即可。

※本配方約可製作六人份粥品

保健療效

- ◎十穀米內有小米、糙米、紫米、燕麥、蕎麥、大麥、紅扁豆、薏仁、芡實、糯高粱十種全穀類食材，依據研究指出全穀類內富含纖維、維生素E、硒、葉酸、植物甾醇與酚粉物質具有降低冠狀動脈硬化發生機率與抗氧化之功效，攝取全穀類可達減少冠狀動脈硬化發生與降低罹患癌症之機率。十穀米粥品可作為日常保健之養生粥品食用。
- ◎山藥自古以來即被認為是上品之需補保健食品。
- ◎本料理適用慢性疾病的預防保健，但對粥狀者應限制用量。

菜單設計&示範：開平高中餐飲科賴金鐘師傅策劃示範
資料來源：行政院農糧署網站http://www.afu.gov.tw/publish_detail.asp?catid=258

