



採花及用途

植株達80公分以上可以採收基部的嫩葉及側枝，側枝則留2~3葉摘取其先端嫩芽（附葉片）供於食用，幼嫩的葉片及嫩芽均適於炒食、煮食及天婦羅之用，烹調時無須蓋鍋，以免在烹調中受酸性的影響，使其呈為鮮綠，藉以促進食慾。其味道與菠菜略同，帶有粘性，如果沒有吃慣恐怕很難入口，據日本食品標準成分（1982年）落葵可食部100公克中所含的成分如下表：

落葵是低熱量的蔬菜，含有豐富的維生素A，及鈣分，民間視為可以降低高血壓，並對於肝臟有益處，尤以無須施用農藥可栽培，所以無農藥殘留的顧忌。雖然如此，但國人講求味道，一時難於接受，需經過一段期間，對於其價值確認及慣用之後才能成立經濟栽培。

• 本文作者王進生先生，目前開始採收落葵種子，如農友有興趣，請於明年1月來函至豐年社索取試作，送完為止。

中華民國73年12月16日

國語日報

父母愛子女·子女愛國語日報

為什麼家家歡迎國語日報？

國語日報是一份「小型的大報」，內容純正高尚，消息迅速正確，短評「日日談」立論公正，專欄跟副刊可讀性極高。

國語日報全部用白話文撰稿，並且字字注上標準國音。常讀國語日報，可以學國語、學現代文字。

國語日報每天有「兒童」「少年」「家庭」副刊，並有兒童習作園地「我的作品」和「小畫家」。一份報，全家看。國語日報附贈的雙週刊「古今文選」經海內外各大中學選為國文課本。「書和人」是介紹書籍與人物的權威讀物。報費每月120元。

國語日報出版部

設有舒適美觀的書室，陳列本報出版的兒童讀物、家庭讀物、國語文書刊。每天營業到晚上八點，歡迎家長下班時帶子女來買書看書。

國語日報語文中心

設備雅潔舒適，教室氣溫調節，開有外籍人士和華僑華語班，國人國語正音班，中小學生作文班，成人、兒童書法班。採小班制，重視個別指導。

訂報電話：3412448

台北市福州街十號

出版部書屋電話：3413510

台北市福州街十一號之三

語文中心電話：3418821

台北市福州街11號之3三、四樓

這是一個事實

全世界1,500,000,000人口
向您證明100%大豆沙拉油，滴
滴香醇、自然健康。

100%

純植物性不含膽固醇

大豆沙拉油

家庭實用食譜
大贈送
由索請附回郵信封寄
北市復興北路1號9樓
華豐廣告公司 收
(早寄早送，送完為止)



美國黃豆協會