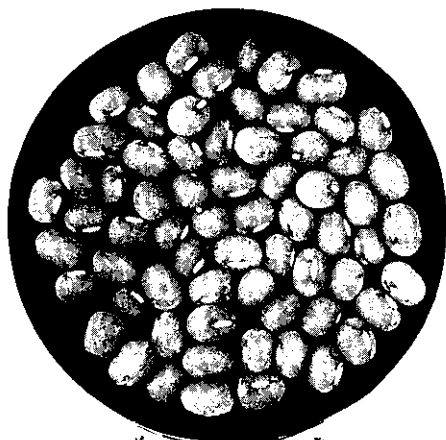
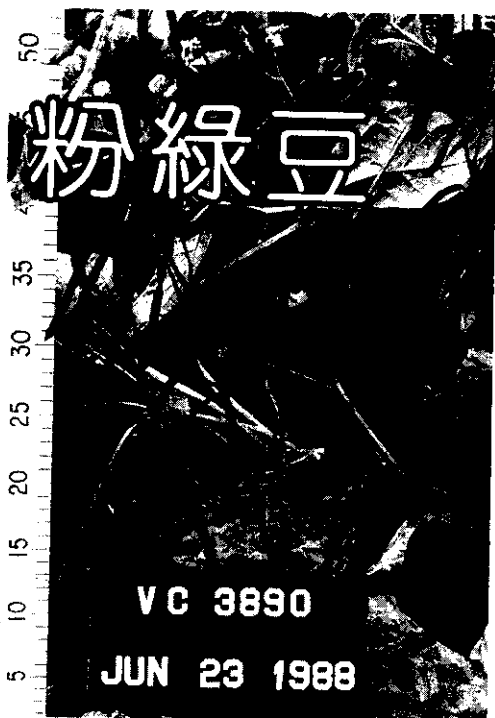


歡迎選購新上市

味美又新鮮的粉綠豆



粉綠豆台南5號



粉綠豆台南5號植株

於今年5月18日才通過命名為台南5號新品種粉綠豆產品，目前已經在台南縣歸仁鄉、鹽水鎮及朴子鎮農會的農民購物中心出售，消費大眾若整箱購買，可以電話連絡歸仁鄉農會供銷部。電話(06)2302101~3。

新上市的粉綠豆產品，是由台南區農業改良場所育成。（本刊曾於39卷18、19期介紹本品種特性、栽培管理及病虫害防治方法）台南縣的歸仁、鹽水、朴子及佳里4個鄉鎮於今夏開始試作，於最近陸續採收完畢。

台南區農業改良場林學正場長特別推薦本品種具豆香味，咬感又佳，適合煮綠豆湯或製豆芽菜，不論品質及產量，皆具商業價值。林場長同時指出，綠豆含有豐富的礦物質和維生素，不論春、夏、秋、冬，皆適合製作不同食品，譬如國人耳熟能詳的綠豆湯、綠豆糕及綠豆餡餅等，吃法很多，但一般家庭主婦，只習慣於煮綠豆湯，少有其他烹調方式，台南區農業改良場家政人員特別製作國產粉綠豆的簡易食用方法，提供參考。

1.綠豆湯：將粉綠豆洗淨，浸泡水中隔

夜後，置於爐上，以中小火煮半小時，即香味四溢，軟Q適當，此時再加以適量之二級糖，以小火燜至糖溶化，即成美味可口之綠豆湯。

2.燜綠豆：粉綠豆洗淨，以一杯豆、二杯水之比例置於電鍋內，外鍋加水一杯半，煮至開關跳起後，靜置二十分鐘，使之燜熟，打開電鍋蓋可見外形顆粒完整，粒粒熟爛之綠豆，以此配以香菇肉絲、蝦仁海味、湯圓、西谷米等可作出甜、鹹兩相宜之可口綠豆點心。

3.綠豆飯：粉綠豆洗淨泡隔夜，以一杯豆、二杯米、三杯半水之配方置於電鍋內即可煮成香噴噴之綠豆飯。綠豆飯可補充白米飯之營養缺失，又具豆香，富纖維質，偶而食之頗富新鮮感，可增進食慾，一舉數得。

4.綠豆粥：粉綠豆一杯，米半杯分別洗淨後一齊泡水四小時，加適量水置於爐上煮成綠豆粥，亦可以前述之綠豆飯加水煮成綠豆粥極為簡便。綠豆粥無論冷、熱、甜、淡皆極適口。 (台南區農業改良場提供)