

風味特殊·可口開胃

## 清水鎮的萆黃

萆黃為清水鎮特產，一年四季均可生產。萆黃的產地大部份集中於中部，尤以清水鎮出產的品質最好。

目前農會辦理萆黃共同運銷，銷往台北第一、第二果菜市場，為進一步拓展銷售管道，開發了4兩小包裝，行銷台北果菜公司直營的五處生鮮超市、中部幾家大型生鮮超市，消費者有很好反應，銷路很好。

萆黃栽培是遮斷陽光，使萆菜在無光線環境中生產，屬軟化栽培設施園藝之一，因此葉片細胞快速伸長，組織柔軟細嫩，色澤黃白，萆黃香氣醇和，風味特殊，可口開胃，有助消化，實是蔬菜中之珍品。

為更進一步使全省消費大家對萆黃品質的了解及烹調方法之認識，本會由台中區農業改良場指導，特別研製不同口味食用法，編印萆黃食譜小冊，列舉幾種口味，供大家參考。

### 萆黃食譜

#### 1. 萆黃炒肉絲

(1)材料：萆黃400公克、里肌肉250公克、香菇4朵、紅辣椒1條及沙拉油2湯匙。

(2)調味料：①鹽、味素各半茶匙、太白粉1湯匙。

②鹽1茶匙、味素 $\frac{1}{2}$ 茶匙。

(3)做法：①萆黃洗淨切段4公分長，香菇泡軟，辣椒洗淨切絲備用。

②里肌內切絲加調味料①醃30分鐘後，用開水燙過撈起來。

③起油鍋先將香菇炒香，再加萆黃及辣椒絲炒熟，最後放入肉絲及調味料②即可盛盤。



萆黃炒肉絲

## 2. 明蝦戲韭

(1)材料：韭黃400公克、蝦仁200公克、紅辣椒1條。

(2)調味料：①鹽1茶匙、味素半茶匙、酒半茶匙、太白粉1茶匙、蛋白1個。

②鹽 ¼ 茶匙。

(3)做法：①韭黃洗淨切4公分長，紅辣椒洗淨切絲備用。

②蝦仁洗淨用布吸乾水分，加調味料①醃10分鐘，以沸油炸熟撈出備用。

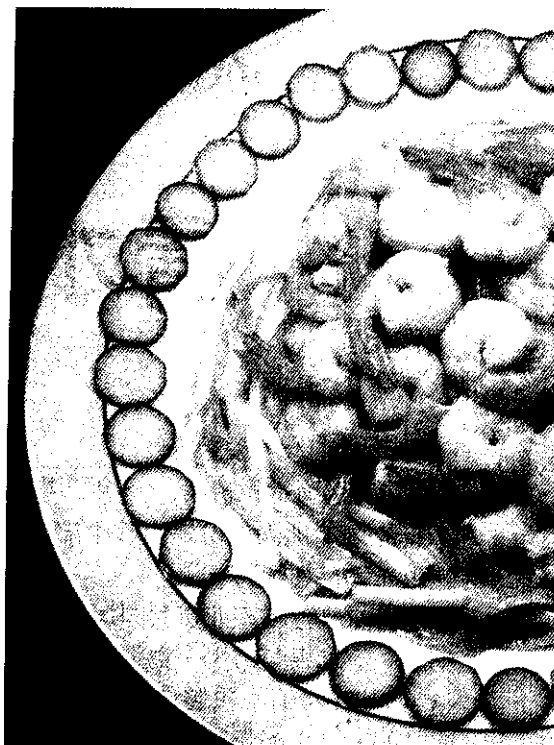
③起油鍋將本做法①料以大火炒一下，加入調味料②後，拌入蝦仁即可。

## 3. 四錦鮮湯

(1)材料：韭黃220公克、肉絲120公克、金針100公克、酸菜120公克、香菇2朵、高湯3杯。

(2)調味料：鹽半茶匙、香油1茶匙、胡椒粉半茶匙。

明蝦戲韭



# 韭黃的栽培

## 1. 選地

韭菜在選地，前地及後地，與前地同。

## 2. 土質

韭菜耐旱而耐濕，其性喜肥，故宜選肥水良好的粘質壤土較適宜，pH值6.5-7.5為佳。

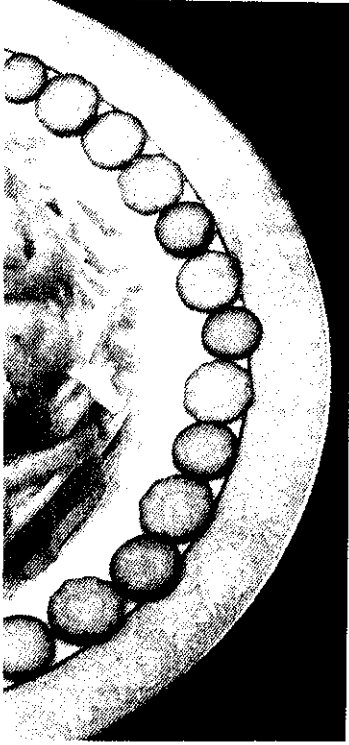
## 3. 韭菜管理

(1)韭菜在定植前，應先將地整平，並施足底肥，每畝施厩肥1-2萬斤，或堆肥1-2萬斤。

(3)做法：①韭黃、肉絲、酸菜各切1寸長，香菇切片。

②取韭黃、肉絲、酸菜、香菇各一份，用金針綁成1小束。

③高湯煮開，放入以上材料煮開，加入調味料即可。



四錦鮮湯

（此處為模糊不清的印刷文字，內容難以辨識）