

多樣化產品受歡迎

左鎮鄉舉辦少量多樣化農特產品品嚐活動

台南區農業改良場新化分場主任兼本刊連絡員 / 方新政

左鎮鄉農會於9月15日在該鄉火龍果產銷班班長王春雄先生住宅舉辦少量多樣化農特產品品嚐會，該鄉之主要少量農特產品有火龍果、波羅蜜、山蘇、山藥等，共提供了十幾道菜，每道菜都很特殊，一般餐廳是很難品嚐得到的，如火龍果花抄肉絲、波羅蜜排骨湯、波羅蜜抄三色、山藥香菇、羊肉山藥、炒山蘇、涼拌山蘇等，另外又有火龍果花蜜汁、波羅蜜

汁、火龍果鷄尾酒等飲料以及火龍果凍、果盤等。

火龍果外觀艷麗清涼退火

火龍果是仙人掌的果實，往年是從國外進口，但因成熟度不足，口味欠佳，消費者不太喜愛。近年來國人從國外引進種植，並不斷研究改良，不論產量和品質改善了許多，但因種植容易，管理簡便，種



台南農改場黃場長與會致詞



農會莊總幹事研發「淮山粉」食用簡便



該鄉之火龍果也加入「白堊」品牌行列而成了很好的贈品

植面積逐年增加，初步估計全省種植面積已有500多公頃，已成為本省新興水果之一。火龍果果實外觀鮮紅亮麗，一般人看了都會為之所動而增加購買慾，但其口味淺淡，有些消費者較難認同。火龍果目前在台灣大致有兩種，即紅肉種和白肉種。紅肉種之果肉鮮紅且後來才被引進而加以改良，因物以稀為貴，售價也較好。火龍果是涼性水果，有「退火」之功效，其花、果、莖均可食用，具高纖維、低熱量、富含維他命及礦物元素等。

左鎮鄉至目前為止約種植有3公頃，並成立產銷班，班長王春雄先生曾是鄉公所秘書，退隱後也趕流行，種了約0.5公

頃的紅肉種火龍果，每天早晚都在田裡磨菇，與這些「夜仙子」為伍，全力照顧，已有了成果，目前批發價每台斤約80元，供不應求，又配合農會舉辦之「左鎮白堊風情走一回」活動、「夜遊火龍果果園」觀賞「夜仙子」起舞，也因而更提昇了知名度，遊客都直接訂購，並在台南農改場的輔導下印製禮盒加入了該鄉農特產品品牌「白堊」之行列，也成了贈送親朋好友的好禮品。

波羅蜜如何食用？

波羅蜜樹大果大，名氣卻很小，引進台灣種植歷史很久，但僅零星種植，很少有較大面積栽培。其果肉具有特殊的濃郁味道，與榴槤很類似。由於果實太大，果皮富含果膠質，不易剝食，一般消費者，都不知道該如何食用。波羅蜜是世界最大的水果，果實成熟時，果皮由淡綠色轉變為黃綠色或褐黃色並散發出特有的香味，



農會莊總幹事主持品嚐會



你看過嗎？這是山藥的塊莖（左是農會主辦胡添丁先生，右是山藥產銷班班長）



波羅蜜碩大的果實

→ 因其果皮含有豐富的果膠，採果及剝皮時都會流出粘稠的乳液，因此在用刀或戴手套剝皮時必先塗抹沙拉油，才有助於事後之清洗。波羅蜜的果肉是由許多隱生小果，和絲狀的組織相互組成，每一隱生小果含有一粒種子，包圍種子的果肉為深黃色，甜度高，果肉取出後裝入塑膠袋內置於冰箱冷凍，食之口感甚佳；又可脫水乾燥、加工製成蜜餞，是最好的甜點。其絲狀組織可煮湯或炒肉絲，也是美味可口之佳餚。種子含有很高的粗蛋白及澱粉，可以炒或煮，炒、吃有如板栗，煮、食之口味類似菱角；或與豬排燉湯，是為極品，不可拋棄。果皮富含果膠質，可提煉果膠，製成果凍，亦可加水煮成飲料，別有一番風味。

山蘇是最清潔的蔬菜清脆可口

山蘇花不是花，是一種生長在山林中之岩壁或樹上的野生蕨類，耐陰性強、葉片濃綠，自地下莖叢生，由中間向四週展開，猶如鳥巢狀，故有鳥巢蕨之稱，是室內最佳之觀葉植物，也是插花用的好材料。近年來國人非常重視健康飲食，尤其對於原生鄉土蔬菜更是喜愛。原生鄉土蔬

菜適應性強，經人工馴化後，栽培容易、管理簡便，不須使用農藥亦能生長良好。山蘇生長在陰濕的地方，會經常抽出新芽，其捲曲的嫩葉是一種最清潔最健康的野菜，它被人工馴化後，栽植在全部以植物殘體之有機質如殘葉、樹皮、蔗渣、稻穀等並添加有機肥為介質之遮蔭網室內，無病蟲為害，不須使用農藥及化學肥料，是目前一般人所追求的純有機蔬菜。左鎮鎮全鄉種植面積，至目前為止約有3.5公頃，因栽培成本太高，栽種面積未達籌組產銷班規定之面積（10公頃以上），因此只能依附在花卉產銷班內運作。依班員廖義川先生（農會保險部主任）指出，該班現有成員8名，班長王榮達先生早在5年前就開始種植，他因工作關係常來往於花東地區，發現餐廳有人食用，味道可口，而掀起了種植的念頭，在農會的協助下逐年種植，現在栽培面積1.5公頃，每公頃年產量約6,000~8,000台斤，每台斤200元，



美女～白二姐（白聖ㄟ、節）與該鄉名產～破布子相輝映（圖／農會提供）

年收入大約兩佰萬元。

山藥是藥多多食用有益身體健康

山藥、中藥稱之為「淮山」，屬薯蕷科，為多年生蔓性植物，含有豐富與其他蔬菜不同之營養成份，據中藥大辭典等文獻指出，其塊莖含有多種必需胺基酸、蛋白質及澱粉，又具有粘液質，尿囊素、膽鹼、纖維素、維生素和礦物元素等，自古以來即供為藥用，「神農本草經」列為上品，其性平微溫、味甘無毒，入脾肺腎三經、健脾補肺、益腎固精，是滋養強壯之品。

左鎮鄉處在台南縣之山區，土地貧瘠，土壤大都為白堊土。山藥原本生長在這些貧瘠的山坡上，是屬於野生，後來農民也偶爾將它種植在坡地上，任其自然生長。農會總幹事莊轉心先生為提升該鄉之農特產品，極力鼓勵農民種植並積極輔導推廣，至今全鄉種植面積已達10公頃之多，並成立產銷班作有效率的運作。班長洪海仲先生除提供自己土地0.8公頃、無償給產銷班班員一起共同經營、收入全供做銷產銷基金外，自己還種了約1公頃；班之成員共有8名，除了共同經營0.8公頃



山蘇嫩葉約取其2/5供為食用



與會來賓，共享野味

外，各自亦有自己種植的面積，收入為個人所有，但工作時還是彼此合作、相互支援。

山藥是為養生保健食品，洗淨去皮後可鮮食或烹調；諸如羊肉山藥湯、山藥燉牛肉、山藥溜牛肉、涼拌山藥或新鮮山藥打汁加鮮乳生飲，較簡單的吃法是做成淮山飯、淮山粥、淮山塊甜湯等。或許有人認為山藥塊莖這麼大，購買回家不好料理，又不易保存，莊總幹事為您設想週到，該鄉農會特別推出鋁箔裝之加工品（淮山粉），用熱水沖泡即可食用，滋補身體，請多享用。

結語

左鎮鄉的土地大都是小山丘，其土質較為貧瘠、即所謂的「白堊土」，也因此啟發了莊總幹事的心思，將鄉內的農特產品或活動，均冠以「白堊」稱之，並以它為農產品品牌。一些特有的少量農產品，在莊總幹事及農會推廣人員的全力配合下，已逐漸成了該鄉的特產。破布子不也曾經轟動一時，雖目前風光不在，但一提到破布子，就會想到是左鎮的名產，「風味猶存」。

