

值得國人多加選購， 「青」又營養的最佳健康美食 ——國產雜糧

文圖／愛農

中國人是最注重身體保健的民族，也是最會運用自然界的食品來養生健身的民族，從我國幾千年來所建立的食補、藥補之觀念，即可明瞭。因此國人在物質豐盛下，為均衡營養、求得身體健康，「健康食品」成為國人追求之食品，也是花最多時間去尋找的物品，殊不知「寶物就在你身邊」——國產雜糧如花生、甘藷、紅豆、綠豆、玉米、薏仁等均屬之。

國產雜糧不僅品項繁多，且各具特色，可提供人體充分的熱量，並可均衡營養外，因富含纖維質，有助腸胃蠕動，裨益人體健康。以花生為例，本草綱目中記載「花生炒熟辛香，辛能潤肺，香能舒脾進食，為人所好，誠果中之佳品也」；本草綱目拾遺中亦記載「花生有悅脾和胃，潤肺化痰，滋養調氣、清咽止痰之功效」。而現代研究也肯定花生富含多種胺基酸和維生素，是一優良食品。

國產雜糧各具特色



◀ 農委會中部辦公室黃武林主任致詞

▼ 民俗活動



→ 由於國產雜糧對人體健康之助益甚大，為使國人易於選購，及提昇國產雜糧之品質及競爭力，行政院農業委員會中部辦公室特別將本土化，「青」又好吃的國產雜糧，配合企業化經營理念，輔導其結合生產面、加工研發及行銷通路等三個層面，並指導其符合「衛生食品管理法」的規定，由學甲果菜運銷合作社統籌辦理9個農會、合作社場，共30個國產雜糧品項的物流經銷之產製銷的經營模式。

成立產製銷之物流經銷模式

參加國產雜糧產製銷經營模式的農會和合作社，目前有六腳、關山、朴子、新化、善化、大雅、大雅、虎尾及二林等鄉鎮農會與學甲果菜運銷合作社等，分別提供帶殼花生（含蒜蓉、紅泥、鹹酥等口味）、關山小米、小米雪花片、小米雪花粥、小米素食粥、國產紅豆、綠豆、綠豆罐頭、地瓜酥、胡麻

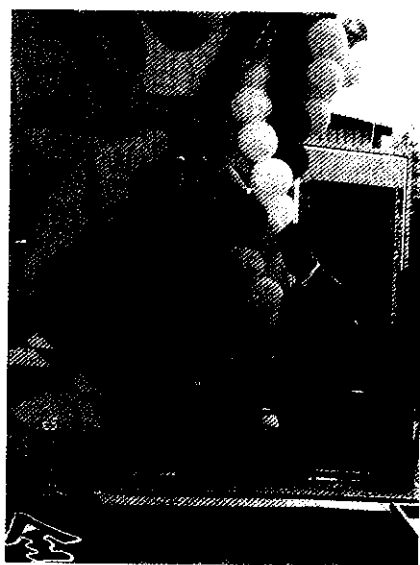
油、紅薏仁麵、毛豆簽麵、黑豆粉、蕎麥薏仁湯、蕎麥薏仁隨身包等30種多樣化、多種口味、質佳價廉的雜糧製品，自89年11月1日起在大台北地區惠陽超市所屬的20家分店之國產雜糧專櫃上櫃銷售，喜愛健康美食之民衆可以前往選購，以增進身體健康。未來亦將透過產業聯盟及物流系統，在全國各地銷售。

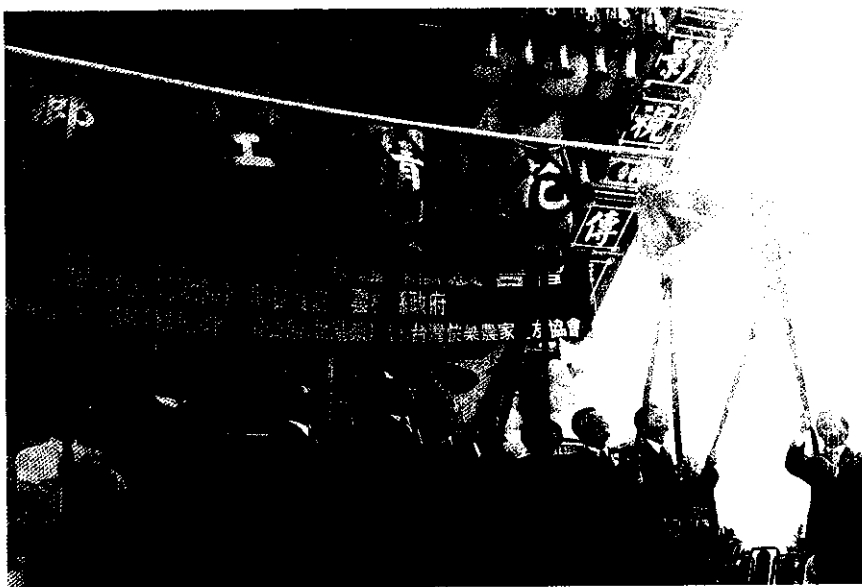
配合收穫季，舉辦活動促銷

花生是主要的國產雜糧作物之一，目前正值盛產期，農委會中部辦公室為配合花生之收穫及消費季節來臨，特別以花生為主題，於11月25、26日兩天，輔導雲林縣農會在北港鎮第一停車場，舉辦「本土情花生香—農特產品展售活動」，希望透過花生美食品嚐、宣傳促銷等方式，讓民衆深入瞭解花生之特性及各式各樣的花生美食，以帶動花生市場的買氣，促進花生之消費，增加農民收益。

國立嘉義大學楊玲玲院長鼓勵國人多吃國產雜糧之一～花生 ▶

▼民衆參加採花生趣味比賽





貴賓揭幕

「本土情花生香一農、特產品展售活動」，於11月25日開幕時，雲林縣長張榮味、農委會中部辦公室主任黃武林及雲林縣籍民意代表，均一致推薦國產雜糧及花生之優點，希望民衆多加選購。現任衛生署中藥研究委員會委員的嘉義大學生命科學院院長楊玲玲博士，於致詞時表示，花生富含多種營養成份，與豬蹄燉煮有豐胸通乳之效，花生中除蛋白質、氨基酸、維生素外，亦富含卵磷脂，其有益腦部發育及學習力。且本省閩南話有一句「吃土豆、吃甲老老」的俗諺，所以花生又名長生果，多吃有益健康，值得國人多加選購食用。

展售活動中，除有花生製品、國產雜糧產品，吉園圃蔬果、有機米及各式各樣的農特產品展售外，尚有民俗表演、花生田採花生趣味競賽。同時也準備了花生肉粽、花生豬腳、涼拌花生、

花生小魚干、花生湯圓、花生菜包、花生芋粿、花生麻薯等豐盛的花生美食，免費供民衆品嚐。

國產雜糧富含各種人體所需的營養成分，且是國內生產，是「尚青」、最營養的美食，國人在秉持「愛鄉、愛土、愛咱的農產

品」，及更愛自己身體健康的觀念下，選購國產雜糧，絕對是你正確的選擇。

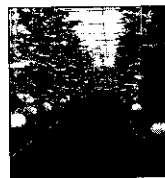
U型 蔬果類 水耕栽培系統



最實用化果菜栽培系統

最本土化企業農場設備

最多式樣品類栽植設計



家庭式小農園承造

專業農場規劃施工

水耕相關資材零件

鋸管溫室加工承造

*資料備索*請劃撥60元*

帳號-21317800 李靜宜



旺永水栽培資材有限公司

公司：員林鎮員集路2段552巷82號

電話：(04)8323321

連絡處：彰化縣大村鄉加錫村加錫1巷1-1號

電話：(04)8526637(代表)

(04)8531777(專業農場)

傳真：(04)8528637