

# 番石榴的天空很燦爛

文圖 / 才辰

去年底高雄縣番石榴產業界處處洋溢著活力，89年12月3日高雄區農業改良場與大社鄉農會攜手合辦跨世紀番石榴產業文化後，12月6日新興產地的美濃鎮，在農會的積極推動下，不落人後的第一次舉辦番石榴品質評鑑與品嚐活動。緊接著，番石榴最大產地的燕巢鄉，亦於12月8日辦理番石榴品質競賽，提供果農學習切磋的機會，對於番石榴品質的提升有很大的幫助。

燕巢鄉農會和美濃鎮農會所舉辦的番石榴品質競賽，其競賽辦法在高雄場的整合下都已相同：外觀占30分（清潔



測量果肉厚度



美濃農會慎重舉辦番石榴相關活動



燕巢鄉參賽的番石榴品質較一致

度10%、蟲害10%、病害10%)、果肉品質70% (糖度30%、口感30%、果肉厚度10%)。惟美濃鎮農會由於番石榴產銷班還很少，所以比賽時間開放個人報名，燕巢鄉農會因為番石榴(果樹)產銷班多，而且組織運作大多達一定的水準，所以報名對象以產銷班為主，藉以引導果農的團隊精神，值得鼓勵。

二個鄉鎮的番石榴甜度，最高都在16度以上，不過，論外觀、口感與品質

## 地瓜葉是時鮮菜

文圖 / 陳朝棟

把地瓜葉當一道蔬菜烹調佐飯，真是可口好吃哦！

在地瓜葉成長期時，在鄉間甘藷園處處可看到一片欣欣向榮。一般菜販挑出來在市場

賣的地瓜葉有兩種：一種葉子是心臟形的，另一種是雞爪形的。它們並不是只摘葉而是連莖一起摘下，莖長約一呎左右，有的更長一些，但莖有一層外皮必須除去，吃起來才會清脆可口，否則粗粗的，很難下嚥。

要去除莖的外皮，有一個簡易方法，就是先摘斷葉，然後從莖與葉連接處，用大拇指挑出外皮，就可以拉下來長長的一條，其餘的可邊撕邊折斷成一小段一小段，像中指一樣長，熟練了就



很容易去掉外皮。

地瓜葉的吃法，隨個人的喜好有所不同。有的人喜歡吃莖的話，可先用豬油把蒜頭爆香，然後放辣椒絲，再來是肉絲、胡蘿蔔絲，和莖段同炒，是一道色香味絕佳的好菜，除自己吃外，還可上桌請客。

不過，有些人卻喜歡先用滾沸的水煮過，再把莖和葉撈起來用油炒過，或直接蘸醬油吃，燙的原因是要除去異味。

地瓜葉價廉物美，時價一把20多元，而它的營養不輸於一般的蔬菜，有降血壓和退肝火、利尿之功效，值得買來吃出健康、活力，讓農友也有收益。



美濃所生產的番石榴外觀上較遜色

一致性，均以燕巢鄉的略勝一籌。為鼓勵農民以產銷班為榮，僅列出燕巢鄉番

石榴品質比賽結果：

外觀方面—第一名：果樹產銷班9班；第二名：果樹產銷班第1班和第10班；第三名：果樹產銷班1班、9班、16班。

果肉品質方面—第一名：果樹產銷班17班；第二名：果樹產銷班17班、6班；第三名：果樹產銷班第7班、17班。二者綜合第一名為果樹產銷班第17班；第二名果樹產銷班7班；第三名果樹產銷班1班。