

懶人蔬菜

塊頭大 風味特殊

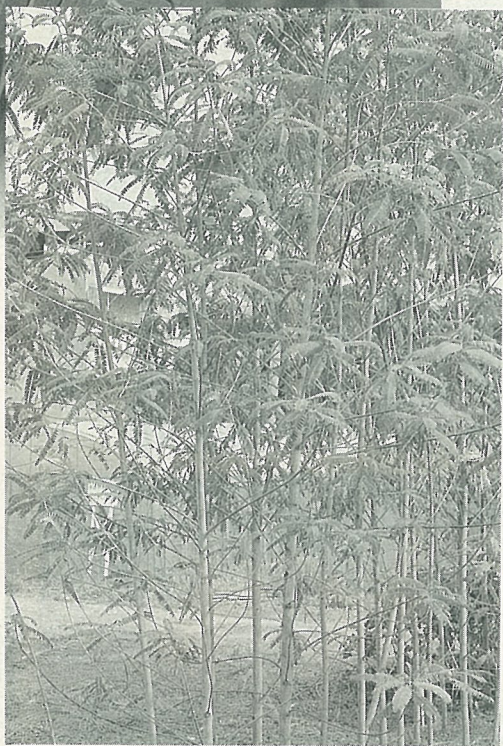


大花田青菜的羽狀小葉片，可和雞蛋一同炒食。

比一層洋樓還要高的蔬菜，你見過嗎？而且還有一個奇怪的名字——“懶人蔬菜”。

在高雄區農業改良場“和平種子計劃”下，試種的蔬菜中就有4個品種的蔬菜，長成之後外觀像是一棵棵茂密的大樹般，不知情的人，還以為它們是防風林、遮蔭樹呢！而很難令人相信，這些“樹”菜，竟然是營養價值很高的蔬菜。

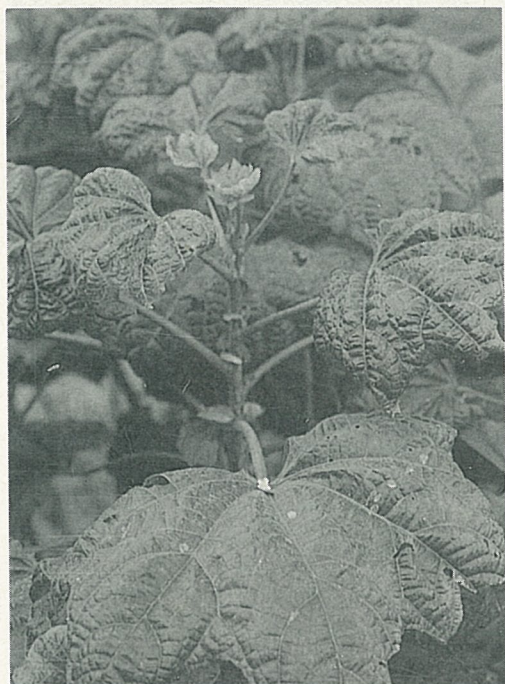
高雄區改良場園藝股表示，這4種“樹”菜，是由夏威夷大學負責國際和平種子計劃的楊月桓教授，於今年2月間，帶到該場的場區內試種，以作為改良、試驗之用。由於這種蔬菜只要把種子播下去之後，不必照顧、施肥，就能發芽生長，而且生長極其快速，因此將這種省工，又不用管理的蔬菜，叫做“懶人蔬菜”。此類蔬菜對於需要救助的落後飢荒地區，可以提供快速的糧食育成協助，所以，推廣這類種子的計劃，即以“和平”為名。



大花田青菜長得比一層洋樓還要高

懶人蔬菜在高雄改良場經過8、9個月的成長，名為“大花田青菜”、“綠玉百力菜”、“紅心百力菜”、“旱菜”等4種蔬菜，果真成長快速，已成為一株株的“大樹”，其中尤以大花田青菜最有看頭，高度超過一層的洋樓，且有繼續向上生長的趨勢。

楊月桓教授指出，這4種懶人蔬菜營養都很高，調理方法亦非常簡便。如



綠玉百力菜取葉片食用

大花田青菜含有豐富的維他命A，可摘取其羽狀小葉片，或其花苞，加入雞蛋同炒。且可兼作防風林、遮蔭樹，以及田間的綠肥等之用，用途可謂不少。綠



紅心百力菜有特殊風味

玉百力菜、紅心百力菜，也是採取葉片來吃。作法是將葉片以熱滾水燙過後，沾醬油食用，或拿其葉片包裹食物、肉品，蒸熟以後再吃，富有特殊的風味。

文／鈴 尹
圖／曾石南

本社代售

土壤與肥料

楊秋忠著

定價：300元

內容：

認識人類世代的資產——土壤，增進土壤肥力的觀念及管理要領，土壤肥力保養，問題土壤的診斷，植物營養及施肥要領，葉面施肥，增進土壤施肥的效果，土壤有機物及有機肥料，土壤微生物。
全書290頁。

台灣農地雜草

WEEDS OF CULTIVATED LAND TAIWAN

洪亮吉·呂理燊共著

定價：500元

內容：

介紹雜草分類及彩色圖44科，殺草劑使用介紹，雜草學名與普通名稱對照表，台灣地區水稻田主要雜草調查，台中區水田在冬季旱作之雜草相……等。

豐年社

每次郵購另加掛號郵資45元
郵政劃撥0005930-0豐年社

台北市溫州街14號
電話：(02) 3628148