

麻竹筍

趁著竹筍盛產的季節，做些較富變化的菜式，下飯又去油膩哦！



玉脂涼丸

玉脂涼丸

材料：皮料—甘藷粉1台斤，水9碗。

餡料—熟桂竹筍或麻竹筍半台斤，肉3兩，香菇2朵等料切丁或片，冬蝦2兩，醬油、鹽適量。

- 做法：
1. 甘藷粉與水調勻，慢火以竹筷不停攪拌至糊狀呈白色時熄火，續拌勻。
 2. 如炒筍飯之方法將餡料炒香即可。
 3. 取小碟子或碗塗上1.料，中間放2.料，上面再塗蓋一層1.料，全部做完放在蒸籠內蒸5分鐘（用碗裝須8分鐘），呈透明狀即熟。食用時可加蒜茸醬油，置冷涼再食。

麻竹筍飯

材料：筍1台斤，肉4兩，香菇4朵，冬蝦1兩，鹽適量，醬油3湯匙，香菜少許，飯16碗。

- 做法：
1. 筍煮熟，肉、香菜切絲備用。
 2. 油5湯匙入鍋燒熱，放下冬蝦、香菇、肉絲、醬油、鹽炒香。
 3. 把1.料倒入已煮熟之飯鍋內，攪拌均勻，蒸數分鐘撒上海菜即可。



麻竹筍飯

豐年社推薦

白木耳飲料

●台南縣下營鄉農會出品

白木耳汁櫻桃·蜂蜜·鳳梨三種口味

每罐(250cc)15元／每打180元



豐年社／台北市溫州街14號 (02)3628148電話洽仲小姐



鮮筍魚翅煨

鮮筍魚翅煨

材料：鮮筍1台斤，肉絲3兩，泡發魚刺3兩，香菇2朵，冬蝦、胡蘿蔔2湯匙。鹽、烏醋2湯匙，糖1湯匙，香油、香菜、太白粉各適量，雞蛋1個，蔥頭2個或蔥白1支，紅辣椒1支，香菜少許。

做法：1. 筍煮熟，材料切細絲，蛋打勻。
2. 油4湯匙入鍋燒熱，放入蔥頭、辣椒、香菇、冬蝦、肉絲爆香加清水3碗與魚翅、胡蘿蔔煮約8分鐘，加入調味料太白粉、蛋液、香油拌勻即可。



筍絲魚湯

筍絲魚湯

材料：虱目魚1條，酸筍絲3兩，水1大碗，嫩薑絲、蔥絲各半匙，鹽適量。
做法：1. 魚去鱗、內臟、鰓，洗淨後切段或整尾。
2. 水與酸筍絲一起煮沸（約10分鐘），再加入魚塊用小火煮熟，放入蔥、薑絲、鹽即可起鍋。

花蓮名產 天鶴茶羊羹

● 花蓮縣瑞穗鄉茶葉共同經營班生產

傳統配方，
現代加工和包裝，
符合食品衛生安全
存放冰箱中冷凍或冷藏，
風味更Q，
更香醇。

6盒裝(每盒250g)120元



代售

豐年社/台北市溫州街14號
(02)3628148電話洽仲小姐

播種用的新式培養土·泥炭板 FH-180

發得好® 以北歐產高級苔類泥煤為原料，經過無菌處理，無立枯病之慮。並含有生育初期所需的養份，比起以普通土播種不但發芽率高，幼苗的根張均極優異。蔬菜、花卉生產者及一般家庭園藝均適用。

五片
小包裝



美能露® MENEDAEL® (メネデル®)



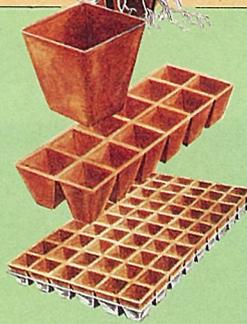
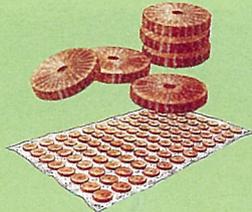
最老牌的植物活力素，促進生根發芽、肥料吸收、光合作用

2000c.c. 500c.c. 100c.c.
三種包裝

吉惠® Jiffy® 世界性專利的育苗材料 泥煤片·泥煤鉢



成活好 幼苗壯 生長快 收穫早



蔬菜·花卉 打寶樂® 捆紮機



- 使用簡便
- 省時省力
- 包裝美觀

芬蘭產 PEAT MOSS 苔類泥煤

無菌的栽培介質 (附有原產國農業管理機關檢疫證明) 通氣性、保水性良好，可單獨使用，亦可配合砂、土、珍珠石、蛭石等使用。



播種、扦插、植物 德國產 育成及移植專用 泥炭苔



一般的泥炭苔乾燥後，不易吸收水分，本製品經長年研究，適當調配分解程度不同之泥炭苔，添加肥料，微量要素及特殊吸水劑(有德國專利)，可立刻吸水即可使用。適於播種、育苗、培植等用途。

液肥/有機肥料/
其他農園藝等

資料備索。有興趣者，
請即洽詢



歡迎郵購

上湧公司

台北市敦化北路222巷6弄6號
電話：(02)717-3900

台北郵政信箱81-171號

郵政劃撥帳號0111559-5周光邦帳戶