

春之芽

一年之計在於春，除了提醒我們把握時光，也告訴我們最鮮嫩美味的野味，春天是最佳採集時刻。

春來了、花開了、鳥叫了，嘿！好個晴朗的日子，全家該去郊遊一下囉！在這個萬物復甦的時節，植物們也正忙不迭的探出新芽來迎接這一片和煦的陽光。一年之計在於春，除了提醒我們把握時光，也告訴我們最鮮嫩美味的野味，春天是最佳的採集時刻，現在不動手，更待何時？那麼一趕快行動吧！

羊帶來

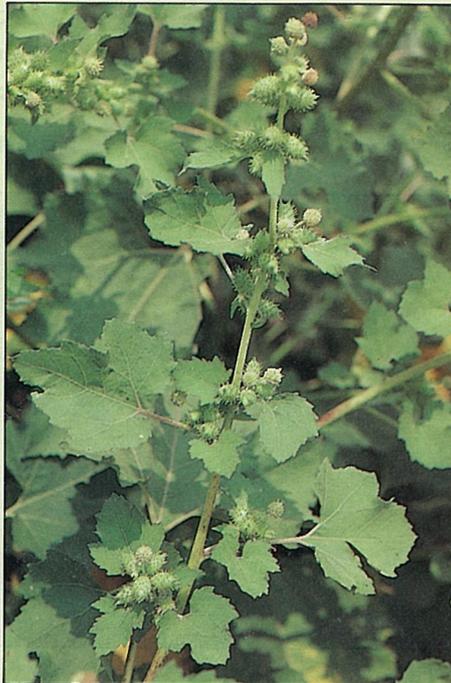
Xanthium strumarium L.

羊年來盤羊帶來，讓羊為您帶來好運道，這主意不錯，屬菊科、羊帶來屬，為一年生草本，株高約30~120公分，全株均具粗糙的毛，葉互生，葉緣為鋸齒狀，有3~5個淺裂。本省低海拔山區，甚至路旁均極常見。雌雄同株異花，雌花苞片上具鉤刺，果實為瘦果，呈長橢圓形亦具鉤刺，可藉以附著在動物身上傳播，這也是它名稱—羊帶來的由來。

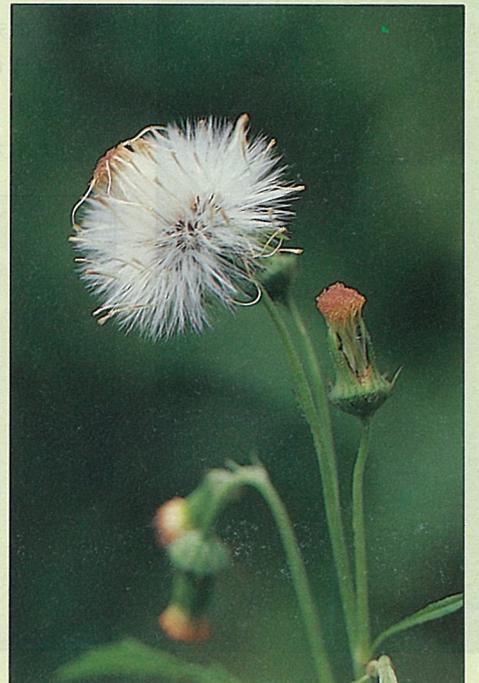
它的幼苗、嫩芽、種子均可食用，採下之幼苗、嫩芽先以塩水川燙去苦澀，炒食或煮食均佳，種子炒熟去皮、磨粉後可製餅，味道也挺特別的喔！



昭和草幼株最嫩最好吃



羊帶來的果實上有鉤刺，可附在人或動物身上，到處傳播。(夢濛 攝)



昭和草花果



台灣蒲公英



菝葜的葉子可沾麵糊油炸



菝葜的紅果



白花馬齒莧



馬齒莧是以前農家拿來餵豬的野菜

昭和草

Crassocephalum crepidioides

大家夥兒對它應最不陌生，因為連水溝邊都可以發現它的踪跡。它是菊科，昭和草屬，一年生草本，株高約30~80公分；其莖葉鮮綠柔軟，葉緣為鋸齒狀，花色紅褐，雖不艷麗，但下垂的花型，頗有幾分羞澀之美。果實具長絨毛，成熟時像個小絨球般，十分可愛。

昭和草從頭到腳均可食用，春季是最佳採集季節，本省全年均可採食。嫩芽或幼苗與肉絲同炒，花蕾以麵漿裹勻油炸，莖去皮、葉醃漬成小菜或素炒均是人間美味。此外，若遭虫咬或擦傷，將莖葉搗碎貼於患部，效果頗佳。內補外敷兩相宜，您可不能再小看它囉！

菝葜

Smilax china L.

或許您曾經看過它鮮紅的果子，且被它晶瑩艷麗的色澤所吸引，但您或許連它的名字也不知道，更遑論吃過它的嫩芽了！它是菝葜科、菝葜屬多年生蔓性灌木，多攀附於其他植物身上，葉厚呈卵圓形，葉鮮綠互生，莖上具刺，採集時須小心，最好戴上手套；其卷鬚初呈橙黃色，是最佳“食”機，待轉呈綠色則纖維較粗。嫩葉亦可食用，葉呈黃綠色，不甚明顯。果實初為白綠色，成熟時轉成鮮紅，為漿果可生食，醃漬亦可，是極佳的插花材料。嫩芽、幼葉沾麵糊油炸成甜不辣或炒食、煮湯均可，須先以熱水川燙，再放入冷水中浸泡後煮食，較不會有酸苦味。

► 黃鵪菜

Youngia japonica

它的普及率跟昭和草比起來可是不相上下，連花盆中均可發現它的踪跡，亦為菊科家族中的成員，為黃鵪菜屬，一、二年生草本植物，株高20~60公分，莖葉具絨毛，葉多著生於基部，具不規則裂紋，僅少數著生於莖上。鮮黃色的花朵極為亮眼，果為瘦果，具白色冠毛，除了幼芽、嫩莖葉、花蕾均可食用。煮前以熱水川燙或浸塩水去除苦澀味，再炒食或涼拌均佳，花蕾甜不辣或泡菜亦十分可口。

蒲公英

Taraxacum formosanum

Kitamura

鮮艷的黃花，在眾野花中相當突出，不過它最特別的該是具絨絨冠毛的種子，您一定也曾替它們擔任過傳播的使者，輕輕一吹，一個個如降落傘般輕盈的飄移，再緩緩落下，也曾不捨的握在手中仔細端詳——它就是蒲公英，菊科、蒲公英屬，多年生草本。主根極粗壯，莖極短，葉著生於基部，全株均有白色乳汁，葉質柔軟，具羽狀深裂，長約10~20公分，花梗極長約15~30公分，亦由基部抽出，全株均可食用。冬春交替之際採集最鮮嫩，幼苗、嫩葉去澀後炒食、煮食



黃鵪菜花與葉均可食



西洋蒲公英

皆宜。蒲公英花可做甜不辣，根部洗淨醃漬做小菜，極為爽口。

馬齒莧

Portulaca oleracea L.

“猪母乳”這個不算雅的別名，却是最為人熟知的名號，據說以前農家常拿它來餵猪，想來味道不差，營養也夠，猪兒長得肥又好；現代猪仔改吃飼料，景氣不佳人們只好與猪爭食，試試這馬齒莧味道可好？馬齒莧科、馬齒莧屬一、二年生草本，葉互生，質厚呈卵圓形，似馬齒故名。莖肥厚光滑，但葉腋處具少許絨毛，花朵為黃色，有5瓣，種子為黑色，幼苗、莖葉均可食用，幼苗略帶酸味，先以熱水燙過，再炒食或涼拌均可，莖葉川燙後煮湯、作沙拉、醃漬皆宜，本省中南部較北部常見，春至秋季均可採食。

介紹這些野味，或許比不上精緻的菜蔬，但却頗能迎合現代人崇尚自然健康的飲食新觀念，趁著春郊，新芽正嫩著，您一定要趕快，別讓全家人的胃等太久喔！

PH 檢定器

OM-2型
酸鹼度檢定器

- 具有相當玻璃電極
- PH測定器之精密度

贈送水耕栽培箱
贈完為止

任何人均可簡單測定
任何地點，任何物資均可測定
土壤、水質、工廠污染、海水、水產養殖均可測定，亦可作學校、講習會教材

定價880元直接郵購特價520元
郵政劃撥0322886-8友玉公司
新營郵政120信箱友玉公司
電話(06)6322511

Green

專利品 作物之守護神

再也不必天天為您心愛的盆花澆水而煩惱

盆花衛兵 (土壤乾度偵測器)

因土壤中之乾、濕程度會產生不同之阻抗，然後將此阻抗輸入至阻抗放大位準設定，且可自由設定(通常在10~70%)；當探棒傳來之阻抗大於設定之阻抗時，即輸出史密特電路產生一基脈波去讀IC內所儲存之訊號。此為比較電路又一在農園藝界之新發現。

奧立岡企業有限公司

每只300元
目錄備索

台北縣永和市安樂路100巷13弄1號4F
TEL:(02)9432461(代表) FAX:(02)9447906
劃撥帳號：14782319 洪志堅

精 緻 園 藝 資 材

本社代售

國營事業產品 · 品質可靠 · 信譽卓著



* 常用花卉肥料，能使花卉繁茂 *

系列產品

- 一、台肥12號複合肥料 25元
- 二、速效一號 25元
- 三、速效二號 25元
- 四、速效三號 25元
- 五、長效一號 25元
- 六、台肥43號複合肥料(1kg) 50元
- 七、台肥尿素肥料(0.5kg) 30元

※ 郵購金額未達100元者，請另外附加掛號郵資10元。 ※



讓愉悅與健康 帶進您的家中

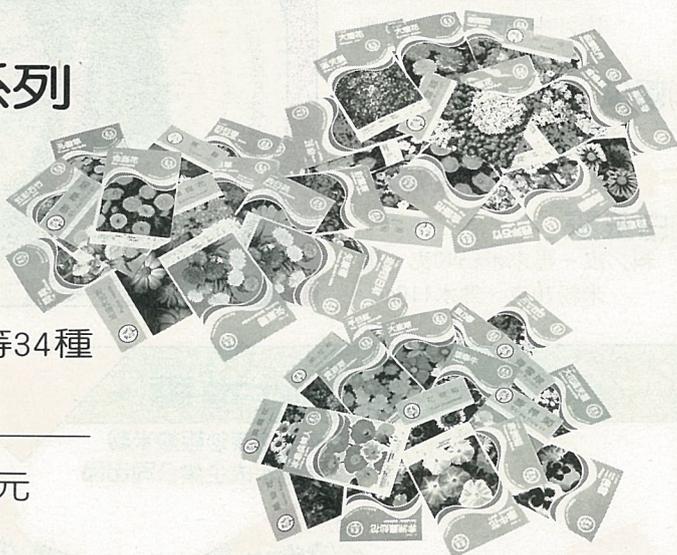
家庭園藝小包裝種子系列

服務項目

- 一、草花種子：包括霍香薊等117種
- 二、蔬菜種子：包括黃秋葵等47種
- 三、趣味栽培種子：包括大葉武竹等34種

—— 種類眾多，請多選購 ——

※ 每包售價20元，郵購金額未達100元者，請另附加掛號郵資10元。 ※



豐年社

地址：台北市溫州街14號
 電話：(02)3628148 • 3634055
 FAX: (02)3636724
 郵政帳號：0005930-0

歡迎各界選購，可逕洽
 本社門市部 仲小姐
 服務電話：(02)3628148