

小可愛香菇



盤中的是小粒香菇，右下角為一般香菇



謝先生的小粒香菇園

買香菇，當然是買厚的好，不過也是愈大愈好嗎？這倒不一定！台東縣出產一種“小粒香菇”，不但玲瓏可愛，而且色香味毫不遜於大朵香菇。

生鮮的小粒香菇平均菌傘大小只有

3公分左右，菇梗的長度約4公分，經乾燥之後就更小了，烹調時不用再切塊，剛好一口一個。

台東地區種植小粒香菇的農家並不多，主要在關山一帶，有少部份農友栽培，其中種植最多的就是月眉里的謝其

小香菇食譜

用小粒香菇做的三色球



三色球

材料：

①白蘿蔔(大)1個、紅蘿蔔3個、菜心3根、毛豆1兩、香菇(小朵)7~8朵。

②太白粉1大匙、香油1小匙、塩1/2小匙。

③高湯2碗。

做法：

1.運用挖球器，把白蘿蔔、紅蘿蔔、菜心，挖出1個個大小不同的圓球。

2.香菇先滷過備用(參考滷香菇)。

3.①材料殺菁後放在冷水中冷卻、

溫秀嬌 目錄

誠先生了，在他40頓樹床的農場中，有1/2是小粒香菇的天下。

謝先生表示，種小粒香菇頗費工，同時因為還在試作階段，銷路和價錢都還不甚理想。去年他種的小粒香菇有一半賣給馬偕醫院台東分院，其餘的則由鄰居買去送朋友，每台斤售價600~800元之間，全年約賣了30萬元左右；而小粒香菇的菌種每瓶1000cc是20元，一頓樹床約需40~50瓶菌種，同時所用的栽培樹床楓香木和相思木，前者每頓要3000元，後者要1700元，其他雜樹也要2400~2800元左右，所以收支相抵，所賺無幾。不過，謝先生並不氣餒，他計畫在暑假期間再開始施種噴水，預定於中秋節時推出今年的第一批產品。

因為關山地區其他農友種植小粒香菇的情形也不太理想，因此預估今年小粒香菇會減產。不過，台東區農業改良場陳榮五場長認為，只要加強研究並改進栽培技術，同時打開銷售管道，小粒香菇倒不失為一項新奇的農產品，可以列入精緻農業中發展，值得繼續努力。

台東區農業改良場 夏英潔

撈起備用。

4. 鍋加高湯煮開，將殺煮過的①材料加②佐料煮，最後淋上香油即可。

滷香菇

材料：

香菇(小朵) 3兩、香菇水半碗。

①醬油1匙、糖1匙、蠔油1湯匙。

做法：

1. 香菇洗淨泡軟，水勿丟棄。

2. 香菇水加①佐料煮開再加入香菇。

3. 慢火煮到汁快乾即可。

4. 盛盤後淋上些許麻油更可增進香菇的芬芳。

● 消費資訊

- 2 小可愛香菇 溫秀嬌
- 4 你買的是正牌洗選蛋嗎？
- 5 集集里芋現在上市！ 黃載金

● 保健教室

- 8 胖子體型有二種 施明智
- 10 關節骨質疏鬆症 周文愷

● 食品營養

- 12 中國菜的特殊處理 黃詔顏
- 15 這個標誌滿一周歲了 陳建斌
- 16 美容飲食“東”“西”有別 黃美月

● 家庭園藝

- 28 不可居無竹 曾昭滋
- 32 最佳陰樹植物 軟枝黃蟬 花 圃
- 34 園藝門診 黃瑤娜

● 專題報導

- 6 矯健迷你豬 新興畜牧業 農 稼
- 22 再塑觀光農園的魅力 鄧景衡

● 創意攝影

- 18 澎湖吉貝嶼的夏日海灘 詹瑞惠

● 新知介紹

- 20 穴盤育苗 孫文章
- 21 稀珍松露菌 周文愷



封面：溪頭落日 阿丰攝影

● 下期預告

鐵馬行空新世紀
水耕植物特別派
請讓甘藷上桌