

珍珠黑米



珍珠黑米市面上幾乎看不到

住 在雲林縣崙背鄉豐榮村的廖錦塗，已有4年種植黑米的經驗。

黑米在古代稱為“粳谷奴”，又叫長壽米、月米、補血米、藥米等。據說營養豐富，蛋白質、脂肪含量比白米高。

本草綱要記載，珍珠黑米有滋陰、補腎、健脾、暖肝、明目、活血等功效。現代醫學探明：可療頭昏、目眩、貧血、白髮、眼疾、腰膝酸軟病症。尤其是女人身體虛弱，腳氣腫病，利用珍珠黑米煮黃魚飯，連續食用一星期後，可見效。

如何食用珍珠黑米呢？廖錦塗為自己列出一張菜單，提供參考。

早餐：黑米稀飯。3兩黑米浸水6小時後，撈起配紅棗5錢、百合2錢、天麻2錢、福肉3錢、白木耳2錢、桃仁2錢、薏仁2錢、冰糖少許，摻合放入鍋中煮成稀飯。

晚餐：黑米黃魚飯。以黑米5兩浸水6小時，撈起和黃魚一起煮，芳香爽口，清甜甘醇，慢慢咀嚼，最夠味了。



珍珠黑米之稻粒



珍珠黑米和黑米酒

黑米酒：將黑米炒熟，浸酒一段日子，平時酌飲小杯，更能滋養身體，提神解勞，延年益壽。

由於珍珠黑米產量不多，市面上根本就無法見着，有意購買者請洽廖錦塗（或與崙背鄉農會連繫），電話：(056)552056。

苦又甘又醇的氣味，真是太美了，有一種飄飄欲仙之感！（喝苦瓜酒，只倒出瓶中酒，不吃苦瓜肉。）

今年，是苦瓜酒的首次推出，成品不多，只有2000多瓶，每瓶批發價500元。定於雙十節假崙背鄉苦瓜研究班公開展示，歡迎全省各地酒客前往參觀試飲！

據飲過苦瓜酒的人說，苦瓜酒存放

時間愈長久，香味愈醇厚，即使四、五年也不致腐壞。

崙背鄉農會為了輔導苦瓜酒之銷售，希望能在每一縣市設立經銷處，有意者請打電話：(056)961116，或苦瓜共同經營班李謀德班長(056)966971。有意購買苦瓜酒者，請直接向李謀德班長洽購。