

農業周刊 *Agri-week*

煮飯的小技巧大學問 11
國產酒調配的雞尾酒 20
青青海菜 14
動人的綠籬 26

目錄

● 消費資訊

- 2 阿里山吃野筍..... 漁 郎
- 2 番龍眼..... 黃淵輝/鍾志明
- 6 電宰禽肉..... 鄭玉磬

● 食品營養

- 11 煮飯——小技巧大學問..... 徐近平
- 12 多氯聯苯陰影仍在..... 施明智
- 13 減肥吃冬瓜..... 邱健人
- 14 青青海菜..... 蕭泉源
- 20 國產酒調配雞尾酒..... 黃韶顏

● 保健教室

- 8 營養不良的後遺症..... 董萃英

● 家庭園藝

- 26 動人的綠籬..... 章錦瑜
- 30 夏日珊瑚：串心花..... 花 圃
- 32 簡易家庭水耕栽培..... 蔡尚光

● 創意攝影

- 18 墾丁的海底世界..... 曾石南
- 16 蝦的告白..... 曾石南
- 22 新知介紹..... 秦惟聰/周文愷/葉子
- 24 休閒農業..... 林克榮



● 下期預告

通俗而耐看 福祿桐
老年人的飲食
來自黑森林的波羅蜜



石竹筍經蒸煮處理

月線“石猴”附近的山坡，即可看到一大片的箭竹林。每年清明過後，一場春雨帶來滋潤，箭竹就如“雨後春筍”，紛紛冒出白嫩的春筍。就在此時，阿里山當地的居民，趕忙穿上雨衣，戴上斗笠，鑽進箭竹林中，採摘剛迸出土面的雲筍。據說，下雨起霧時，雲筍生長最迅速，產量也愈高。 →

每逢七、八月龍眼成熟時，鮮為人知的“番龍眼”，也不甘寂寞的適時出現。番龍眼果實較龍眼大，味道更甜，另有一番風味。

番龍眼與龍眼同屬於無患子科，是一種熱帶果樹，學名為 *Pometia pinnata*, Frost, 英名是 Fiji longan, 原產於太平洋群島、南洋各地。早在百餘年前，本省台東山區及蘭嶼地區即有野生栽培，不但是當地山胞喜愛的水果，也是重要的木材來源，提供山胞造船與建築的材料，因此又稱它為台東龍眼。目前，在本省中、南部地區已有零星栽培，利用於庭院或行道樹，果實僅 →