

鄉間小路 農業周刊

4 董大成說減胖就吃粗糙食物
22 蘭嶼天池靜靜得躺在山中
26 我的最愛非洲堇



40

編者的話

行政院農業委員會精心策劃的“鄉間小路”統一品牌，預定今年十月間推出國產果汁產品系列。已經規劃的產品有芒果汁、楊桃汁、柳橙汁、桶柑汁、芭樂汁、百香果汁、香蕉汁等 7 種口味，以後視市場需求再做增加。

“鄉間小路”果汁產品有三大特色，值得消費者注意。

第一，原料採用省產的新鮮水果。本省氣候適合各種亞熱帶及熱帶果樹的生產，除了上述 7 種大眾化的水果之外，其他具有開發潛力的水果包括：鳳梨、萊姆、粗皮檸檬、嘉寶果、山刺番荔枝、白柿、錫蘭橄欖、爪哇鳳梨、蛋樹、西印度醋栗、錫蘭醋栗、西印度櫻桃、番龍眼、仙人掌果、樹番茄等。國產果汁若能獲得消費者的肯定，踴躍購用支持，不僅會帶動果樹生產與果汁加工業的蓬勃發展，消費者也更有口福了。

第二，品質優良衛生安全。農委會、農林廳、食品研究所以及學者專家，共同組成“技術輔導小組”，輔導農會進行水果加工，使原料管理、加工製程與成品品管，皆達一定標準。據輔仁大學食品營養研究所所長陳雪娥指出，國內生產果汁的廠商，大多利用濃縮果汁或果汁原汁，進行稀釋包裝，產品衛生條件沒有問題。

第三，誠實標示。參加“鄉間小路”計畫的農會，都必須通過審查，以純度夠、品質佳的產品，讓消費者真心喜愛。目前“鄉間小路”產品有 3 種濃度，30%，50%，100%，消費者可以自由選購。

品嚐過鄉間小路產品的本刊讀者，歡迎來信評論或改進意見。

花與生活 手冊贈送

美麗的花人見人愛。以省產切花為材料，結合簡單的插花技巧，表現花卉的萬種風情。行政院農委會委託外貿協會製作“花與生活”手冊，轉贈本刊讀者，數量不多，送完為止。

請寫明姓名住址，附回郵 5 元寄：台北市溫州街 14 號鄉間小路編輯部。

鄉間小路

Agri-week

The way of an intellectual living.

周刊：每星期一出版



15 卷 40 期

78 年 10 月 2 日

● 保健教室

- 4 減胖，就是吃粗糙食物……………董大成
- 6 如何避免產後發胖……………洪建德
- 7 現代人容易發胖……………洪建德
- 7 如何避免意外傷害……………戴順德

● 生活

- 8 廚具的保養……………黃韶顏

● 食品新知

- 10 保健食品正風行……………陳世爵

● 消費資訊

- 12 池上鄉積極發展百香果……………溫秀嬌
- 13 龍泉茶榮獲食品金牌獎……………曾石南
- 14 紅芭樂新上市……………蔡有仁
- 15 台灣香檳白毫烏龍茶……………林義恆
- 16 烏龍茶的沖泡法……………林義恆
- 17 4 個條件評鑑上品烏龍茶……………林義恆

● 家庭園藝

- 26 我的最愛非洲堇……………鄭錦村
- 29 植物也要吃飯……………周麗莉
- 32 第一座綠化天橋……………周朝

● 創意攝影

- 18 春去秋來花開花落 枝枯葉盡種子結實……………林建龍／朱義朝／黃芳溢／林果

● 資源保育

- 22 蘭與天池的呼喚……………曾石南

- 20 新知介紹……………陳秋伶／葉似芝
- 33 中央農村建設計畫專欄
- 34 休閒農業：新秀／花壇楊桃園



攝影：朱義朝
封面：八月的雞冠花

● 下期預告

下營絲路之旅
上班族如何運動
庭園的花色運用