

## 「品嚐秋天滋味」～黃金板栗搶鮮上市

文圖 / 侯惠茹

**嘉**義縣中埔鄉有全國獨一無二的栗子產銷班，也是全世界緯度最低的栗子產區，每年8月中旬至10為中埔鄉栗子的盛產期，由於當地所生產的栗子果肉呈現天然的金黃色，因此被稱為「黃金板栗」，果肉甘甜且不需長期貯存，美味營養不流失，值得消費者一同來嚐鮮。

嘉義縣政府與嘉義縣農會日前在台北市大安森林公園舉辦一場「嘉義縣農特產品展售會」，促銷該縣農友生產之栗子、罐頭花及阿里山高山茶等多項優質農特產品，其中，最令人感到新奇的栗子，來自嘉義縣中埔鄉內埔、中崙及沄水一帶，早期零星分布，目前則由附近農民組成栗子產銷班，從事專業栽培及販售，已有15年之久。嘉義中埔鄉的栗子產區為全世界栗子產區中緯度最低者，由於氣候適宜，甜度較高，且口感較佳，產銷班每年可採收的栗子約3萬公斤，栗子由班員們到全國各地的展售會銷售或接受電話預約訂購。

栗子含有豐富營養，成份包括蛋



栗子媽媽現場示範鹽炒栗子

白質、澱粉、糖及少量脂肪，還有多種維生素與礦物質，是流傳已久的食補珍品，根據中醫說法，栗子可健脾、養胃、補腎、壯骨及固齒，但一次不宜多食，以免腹中脹氣。相較於天津板栗等進口栗子，國產栗子除了品質可以媲美，鮮採現食的鮮度更是進口栗子望塵莫及的，此外，由於栗子本身有硬厚外殼包覆，栽培過程不易發生病蟲

害，因此不太需要使用化學藥劑，食用安全無虞。

購買生栗子回家時，必須先在栗子外殼上輕輕刻劃幾刀，以免表皮受熱後爆開，只要鹽炒或用電鍋悶熟即可食用。栽培栗子多年而有「栗子媽媽」之稱的蘇太太說，由於國產栗子非常新鮮且本身就有甜味，不需使用糖炒，只要用鹽輕炒就能引出其自然甘甜。現在正值一年一次的栗子採收季，喜歡品嚐美食的讀者可別錯過！

訂購請洽：栗子產銷班 蘇文河先生  
聯絡電話：05-2531938

