

黑蒜頭,「蒜」你厲害

文圖 | 林麗娟

地方報導

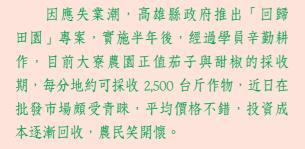
「蒜」你厲害!繼金門、雲林研發出熟成的黑蒜頭之後, 台中也低溫發酵出黑蒜,比起普通蒜頭,沒有難聞的刺激 味,用於入饌,可取代人工甘味劑,美味可口,值得推廣。

熟成黑蒜頭是 經過嚴格挑選生 蒜,在嚴密控制一 定溫度和濕度下,

經過 15 天的低溫自然發酵後,再經由另 15 天的熟成乾燥程序,將其中刺激性的 蒜素轉化為低刺激性含硫化合物,產生人 體必需攝取的胺基酸、多種維他命及微量 元素等,顏色也由白轉黑,營養成分升 級,價值更珍貴,蔚為健康食品新翹楚。 與一般的生蒜相比,黑蒜頭少了臭味,多了甜味,用手輕輕撥開蒜頭外膜即可食用,不但口感不辛辣,蒜臭味也消失了,就如蜜棗般香Q彈牙,還可利用它的天然胺基酸及果寡糖來煮湯炒菜,是一種健康的調味劑。最為人稱道的是,黑蒜頭溫和不刺激腸胃,更容易被人體吸收,抗氧化能力大大增強,輕輕鬆鬆就可滋補養氣,達到活力強身的功用。豐

農園豐收。農民開懷 「回歸田園」耕耘有成

文圖 | 蔡佩娟



全球經濟不景氣,紛紛爆發失業潮,高雄縣府特別推出「回歸田園」專案,承租大寮鄉 25 公頃與橋頭鄉 18 公頃的台糖土地, 分為一般農法區與自然農法區,提供約 200 名失業學員自力更生,每人可分得 2 分地,



承租期限為2-3年。

「回歸田園」專案實施半年以來,經過學員辛勤耕種、並度過莫拉克風災摧殘,近來不少學員陸續收成農作物,除了冬瓜外,目前大寮農園正值茄子與甜椒的採收期,每分地約可採收 2,500 台斤作物,收成不錯,學員們初嚐收穫的樂趣,笑稱自己是「開心農民」。

高雄縣政府農業處長張清泉表示,經過 半年來的磨練,學員栽種技術明顯提升,品質 更有保障,收益也逐漸提高,農業處將全力改 善耕作環境,並聘請專家學者指導,提升學員 的技術及信心,讓收穫更為豐碩。豐