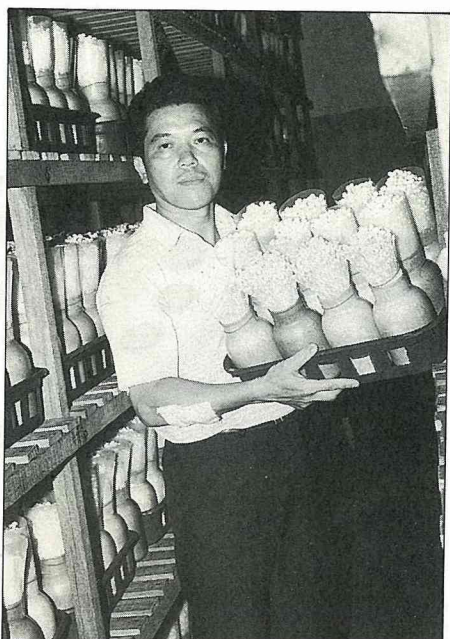


金針菇

精緻農產品
零污染蔬菜
涼拌爽口佳餚

提到金針菇，立刻就令人聯想到香噴噴的火鍋。的確，新鮮的金針菇呈漂亮的象牙色，剔透可愛，尤其是它的質地清脆可口，久煮不爛，菌傘上有胺基酸和核酸組合的粘滑物，增加食時的口感味覺，火鍋料若少了它，則令人覺得美中不足。

金針菇是台中縣特產，產量佔全省80%，主要產區在大里及霧峰兩鄉，而大里鄉之產量又佔了全縣 $\frac{2}{3}$ 。據大里鄉公所農業課張溪祥表示，栽培金針菇全靠冷藏設備，投資成本高，發展緩慢，該鄉栽培農戶



低溫栽培不必噴施農藥(阿郎 攝)

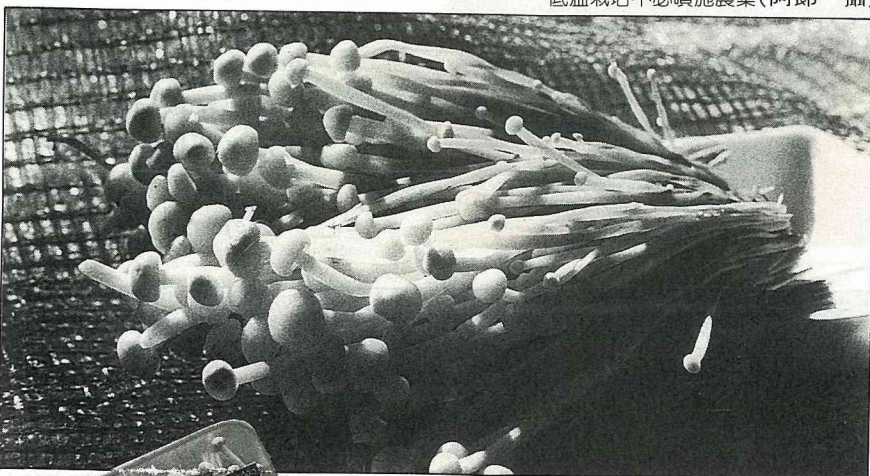
約只有10戶。目前從事栽培的農戶均表示，金針菇栽培實際上是農業生產，但卻無法享受農業用電之優待，每月電費即需20~30萬元，增加不少生產成本。

如果你以為金針菇是冬季蔬菜，那就錯了！實際上它是周年生產的。但由於消費市場往往在中秋節後，需求漸增，價格看俏；而在夏天吃火鍋的人少，銷路大受影響，以致產品大部分供食品廠製成罐頭，價格相差很多，影響農友收益。

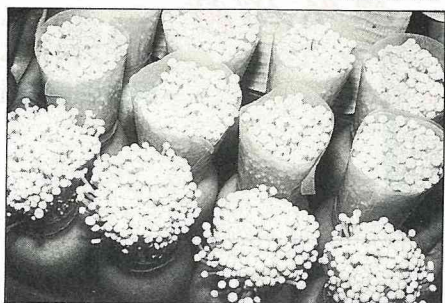
張溪祥特別強調，金針菇栽培之培養基除木屑及米糠外，不須另加任何肥料，又栽培期均是在4~6℃的低溫下生長，無須使用任何農藥來防治病蟲害，因此可說是唯一零污染的清淨蔬菜，消費者可吃得安心。

金針菇含有豐富的蛋白質、脂肪，並含胡蘿蔔素及鉀，營養豐富。粘滑物是胺基酸和核酸的組合物，對人體血酸的調整及思考力的增進，均有幫助。夏天食用金針菇可以涼拌、煮湯、炒食的方式，保證家人吃得胃口大開。有關金針菇食譜，請參閱本期第32~33頁。

購買金針菇時，須挑選組織緊密、顏色雪白、長短均一的產品，才是優良新鮮的金針菇。



生鮮金針菇



在5℃的低溫冷房中生長(阿郎 攝)



小包裝金針菇