

攝影／鄭元春

● 鄉土料理②

山珍野味

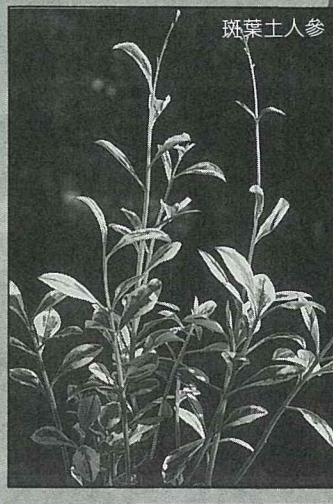
土人參 · 竹筍 · 溪蝦 蟋蟀 · 香魚

溪蝦、竹筍、蟋蟀、香魚是有木里休閒農場的主要山產，但是最有招牌特色的野菜還是土人參（學名 *Talinum frangulare* Willd.）。這是一種馬齒莧科的植物，繁殖力很強，全省低海拔地區到處都有分布。嫩葉可食用，沒有特殊味道。2年生以上的地下根莖粗大，看起來很像人參，所以稱為“土人參”，又名“假人參”，與肉類燉煮，據說有滋補效用。

由於野生的土人參供不應求，農場附近有農民在種植土人參，病虫害少，不須施肥噴藥，可當清潔蔬菜栽培。一年四季都有生產，冬季產量略減，因為土人參比較怕冷。 ■



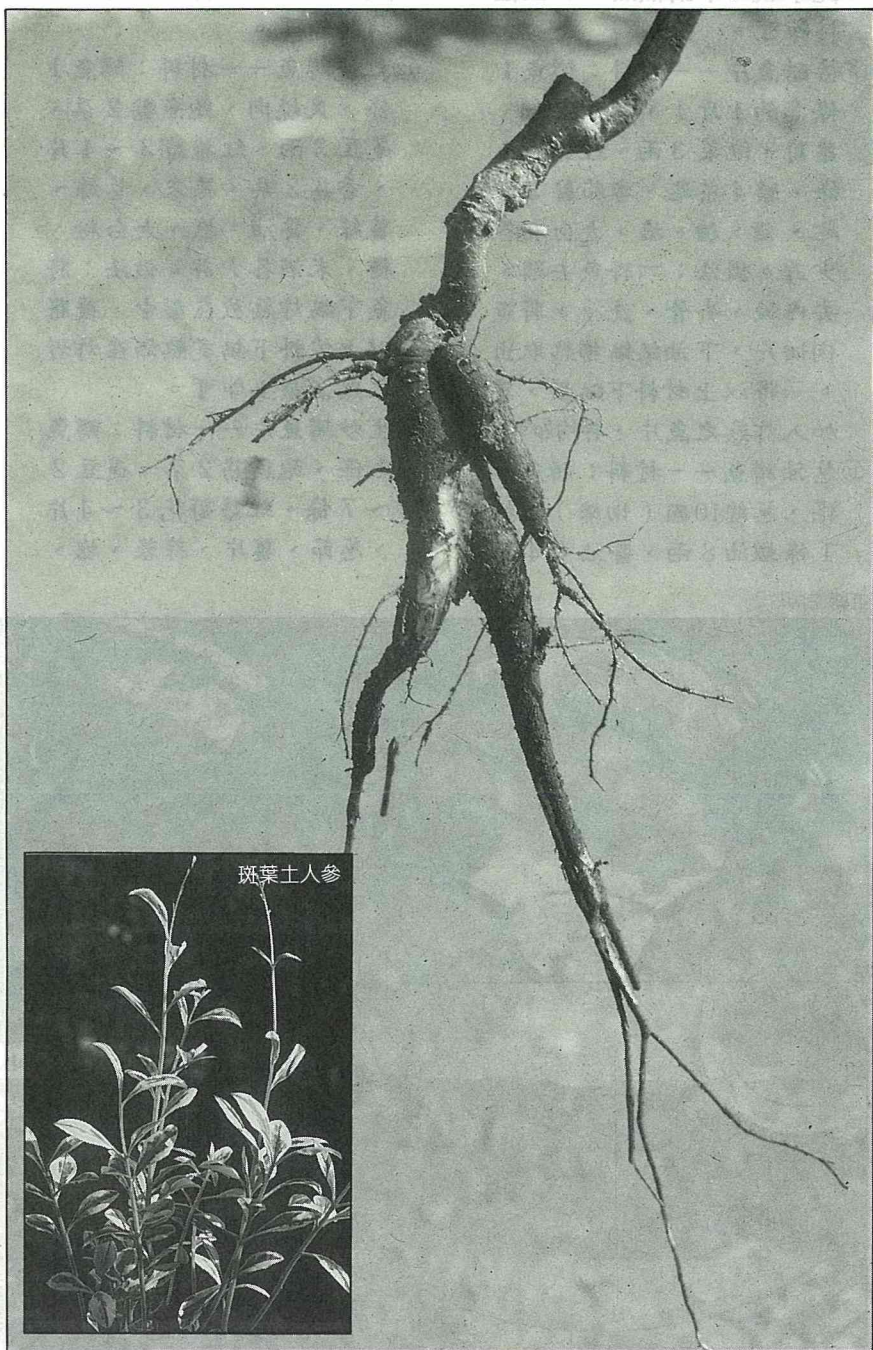
土人參 嫩葉可當清潔蔬菜



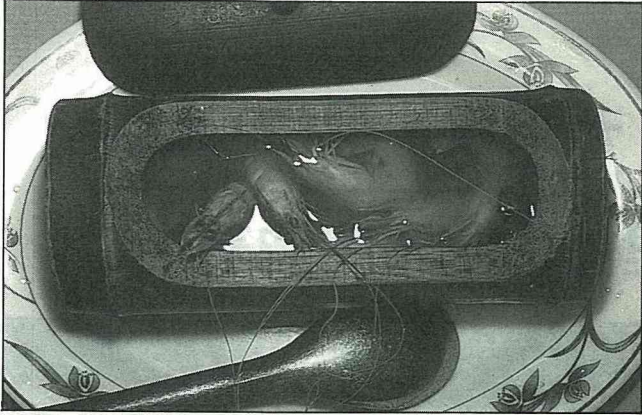
斑葉土人參



土人參的粉紅小花當棒花



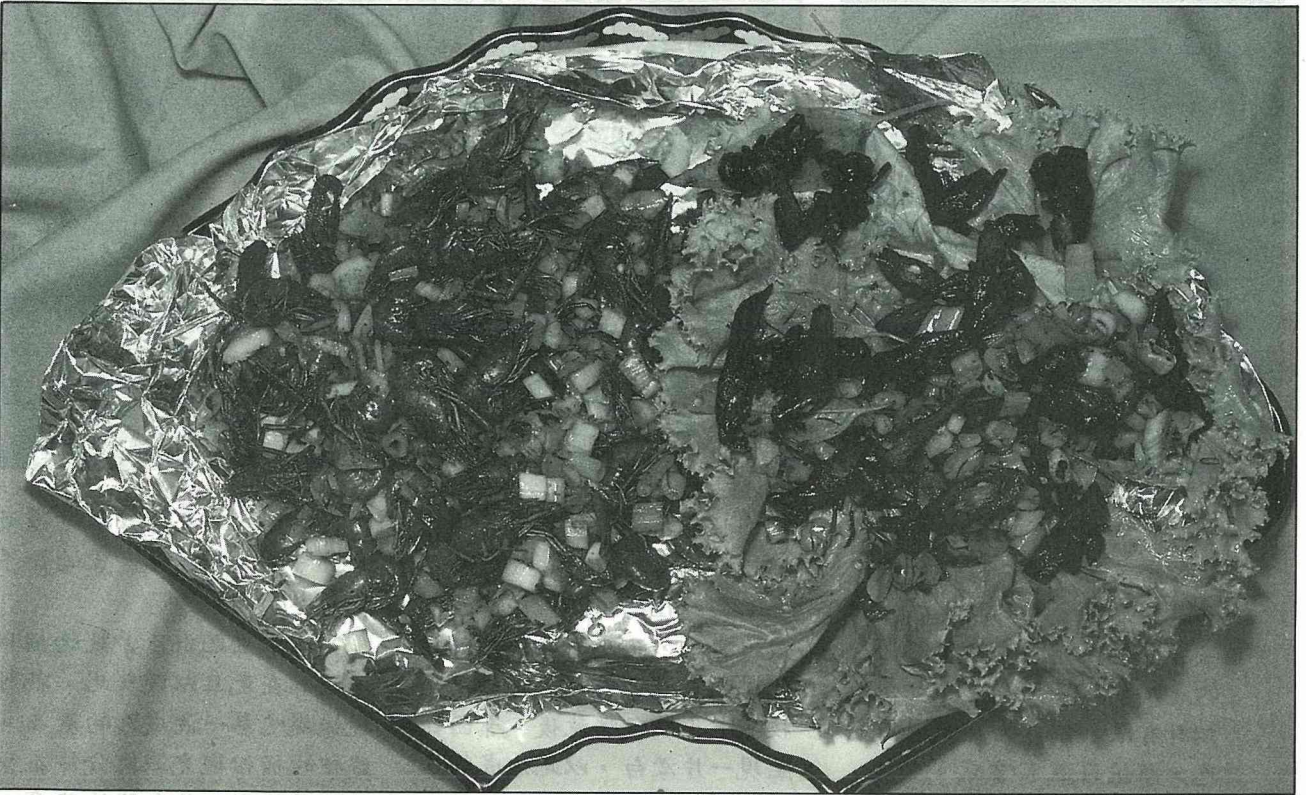
根部粗大形如人參



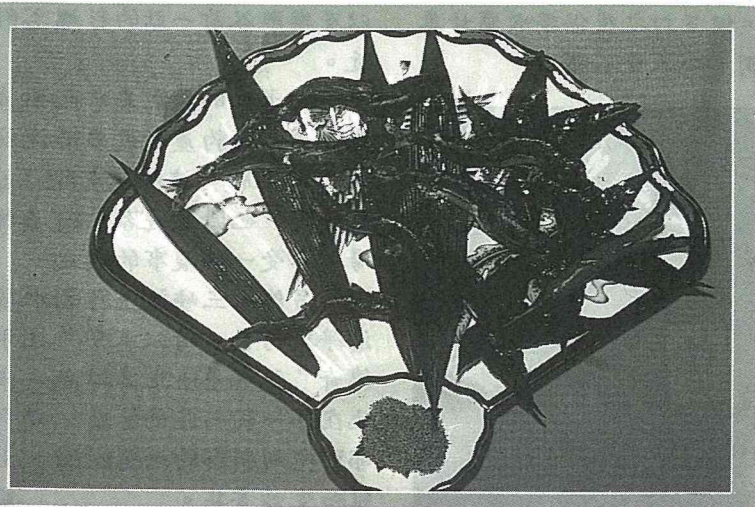
竹筍人參蝦



川燙人參葉



併雙蟻蝦溪 青木里“茶園”產出之魚，清香，味美，且能滋補身體，品類繁多，如“茶葉”、“茶白”、“茶”等。



活烤香魚

鄉間小路 80年8月5日



涼拌竹筍