



發行人 余玉賢
社長 沈葆彭
副社長 高明堂
總編輯 李 赫
副總編輯 余淑蓮
兼主編
編輯 黃玉兒
徐以瑜
業務經理 簡芙蓉
業務副理 張慶貞
廣告組長 林嵩展

設計／不老林創意房
印刷／中華彩色印刷股份有限公司
台北縣新店市寶橋路229號
(02)9150123
定價／每一本零售100元
全年訂費1000元二年1800元
郵政劃撥／0005930-0豐年社
登記證／行政院新聞局
版台誌字7763號
中華郵政北台字3302號
執照登記為雜誌交寄
社址／台北市溫州街14號
電話／(02)362-8148 363-4055
傳真／(02)363-6724

國外訂費(一年)	U S \$			
	水平陸郵	香港、澳門	亞洲、太平洋	歐、美、非洲
		64	84	84
	航空郵	香港、澳門	亞洲、太平洋	歐、美、非洲
	89	99	109	

Published by HARVEST
Farm Magazine
14, Wenchow St.
Taipei Taiwan, R.O.C.

鄉間小路

走鄉間小路・享田園之樂

81年1月第18卷第1期

January 1992, Vol.18 No.1

特產美食 FOOD

- 6 調味蔬菜：薑——香辣夠勁
- 10 新鮮蔬菜：埔里水筍水噹噹
- 15 藥用蔬果：橘香飄香成聖品
- 16 新鮮水果：柑橘三姐妹
個個好滋味
- 20 水果食譜：柳橙
- 21 田園食譜：茭白筍
- 22 新鮮水果：摩天嶺的紅柿

鄉土旅遊 TRAVEL 走馬瀨專輯

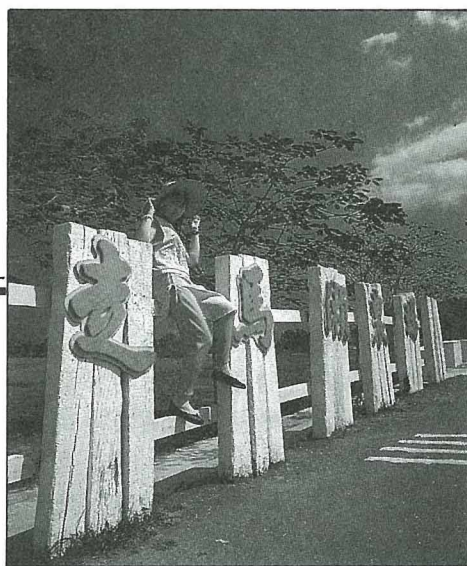
- 24 寫意篇：悠遊走馬瀨農場
- 26 體驗篇：聞一聞草的香味
- 28 人文篇：平埔族的夜祭／走馬瀨姓名考
- 30 美食篇：洋洋鄉土大餐台南縣菜
- 32 風景線：休閒走馬瀨的遊程設計
- 34 人物篇：很會種草的蔡勝佳總幹事

飲食養生 HEALTH 青少年系列

- 42 現在的年輕人少年“老”成？
- 45 速食——擋不住的吸引力
- 47 正視青少年的飲食危機

家庭園藝 GARDENING

- 75 香味草旋風家裡吹
- 80 烏樹林的失戀藥草
- 81 香味瀾漫的日本小徑
- 82 香味草教室
- 84 綠化系列：粧扮一家新綠



封面攝影／曾文田

給讀者：

● 標示產地來源的蔬菜是負責任的安全保障

行政院農業委員會表示，報載國內有農藥殘留之蔬果達18萬公頃一節，請消費者不必過於恐慌，因為凡是有標示產地來源的蔬菜，農政單位與衛生單位均有定期與不定期抽檢，請消費者放心食用。

● 拼出美好大地，請注意收集第2張圖片

本社慶祝創立41周年特舉辦“豐年新春拼圖抽獎活動”，本期刊出第2張圖片（請看72頁），請注意收集，以免遺漏。

我們的獎品豐富，有家庭電器產品，精緻園藝用品，實用鄉土食品，還有休閒農場之旅。歡迎參加，祝您中大獎！

中華民國64年創刊 SINCE 1975

大地系列 ENVIRONMENT

- 88 德國篇：休閒，到森林去！
- 90 寶島篇：鴛鴦湖自然保留區
- 91 荷蘭篇：荷蘭新頒的自然環保計畫

特別報導 SPECIAL REPORT

種源危機特輯之三

- 52 台灣黃牛——骨架小造型美·牛肉賣給台北人
- 53 台灣水牛——忠心耿耿愛吃醋
- 54 台灣黑山羊——雌雄莫辨美髯公
- 55 台灣梅花鹿——謙謙君子福祿壽

- 鄉間小路農特產品特賣活動
請看12~14頁
- 拼出美好大地·讀者抽獎活動
請看72~73頁
- 本刊特約休閒農場優待券
請看97~98頁

稻米的故事

- 57 啊，好一道酒釀湯圓！
- 58 米食推廣／國內現況／日本經驗／學者建言
- 60 米食真美妙
- 61 美國人也吃米了
- 62 免洗米
- 63 不怕乾旱的陸稻／理想水稻
- 67 水稻插花欣賞
- 68 千里稻花應秀色——介紹嘉義分場
- 70 稻米頌／米粉食譜
- 3 鄉土歌謠：鵲婆飛高高
- 6 時令果菜：豌豆·黑柿·番茄
- 36 顧問專訪：新銳的本土的中國醫生——洪建德
- 38 服務信箱
- 39 開懷篇：創意婚禮
- 74 每月花事：看花買花好過年
- 92 中央農村建設專欄
- 94 海外傳真：荷蘭的毛皮畜牧業
- 95 農業妙聽聞

●徵求人才

農業是最偉大的行業，歡迎有志服務這個行業的青年朋友，參加我們的工作。學習機會多，發揮你才能的機會也多。

- 。25歲以下
- 。高農／農專畢業
- 。刻苦耐勞，對服務農村及實際推廣工作有興趣者。
- 。男女不拘（男役畢）

待遇：依學歷及工作能力從優發薪

有意者，請寄履歷表。台北市溫州街14號 豐年社（信封上註明“人事”二字）

●為什麼年紀輕輕一身病？

陽明醫院糖尿病中心主任洪建德近年的研究中，發現十幾歲的青少年已經有文明病的病例，二十多歲的青年，罹患心肌梗塞與心臟病者也逐年增加。

青少年是國家最寶貴的人力資源，年紀輕輕却病魔纏身，頻頻掛病號，消耗著勞保資源！

讀者參閱本期42~50頁青少年系列報導，更能了解為什麼飲食健康教育，要從國小學童紮根做起了。