

夏季菜蔬 絲瓜 · 綠竹筍 清涼解渴 鳳梨 · 大西瓜



綠竹筍是夏季製作涼筍的好材料

蔬菜類

1. 烏殼綠竹筍

綠竹筍是台灣特產，全世界只有台灣生產，別地沒有。綠竹筍中，有一種筍支大，筍箨基部色澤較深，箨內為紅色者，稱為烏殼綠竹筍，是本省夏季製作涼筍的最佳材料，配以生冷啤酒，涼澈心脾。4月間，雲林縣山區、南投縣境以及嘉義縣部份山區，烏殼綠竹筍開始上市。省內嗜食涼筍的人士不在少數，如爭着嚐新，價格不會便宜，莫若晚個一段時日，5月中旬後，大量上市，再行解饞也不遲。

選購時，以筍基寬廣，筍支略為彎曲者為佳。

2. 林內絲瓜

本省栽培絲瓜的產地相當多，但如能以大面積栽培，甚至全鄉栽培者就不多了。雲林縣內，有些鄉鎮可說是栽培絲瓜的名地，林內鄉就是其中之一；至於臨近的斗南鎮等地，也都有相當大面積的絲瓜園地。林內鄉絲瓜約於4月中旬開始上市，產品以短米筒形瓜為主，每一條瓜大約在1台斤左右，正適合一般小家庭一餐所需。

選購時，以瓜體堅實而略具彈性，皮色鮮麗，殘存萼片帶鮮綠色者為佳。

3. 屏東豇豆

豇豆在本省稱為菜豆，是

本省食用豆莢中最長的品種，屏東縣的產量佔了全省的半數以上。每年4月下旬以後，豇豆上市，依豆莢顏色約略可分為白豆、青豆、紅豆與花豆。一般說起來，白豆與青豆的豆莢較嫩，豆仁發育仍欠完熟，北部消費者偏好這一類豆，以北部消費為主。紅豆與花豆，則發育較完熟，豆仁飽滿而香，但豆莢則稍嫌老化，南部消費者却有此偏好，有些北部消費者還不知有紅色豇豆呢？

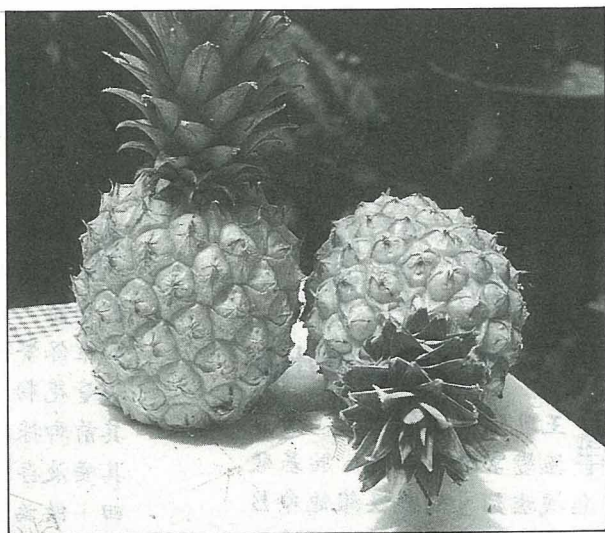
水果類

1. 夏季鳳梨

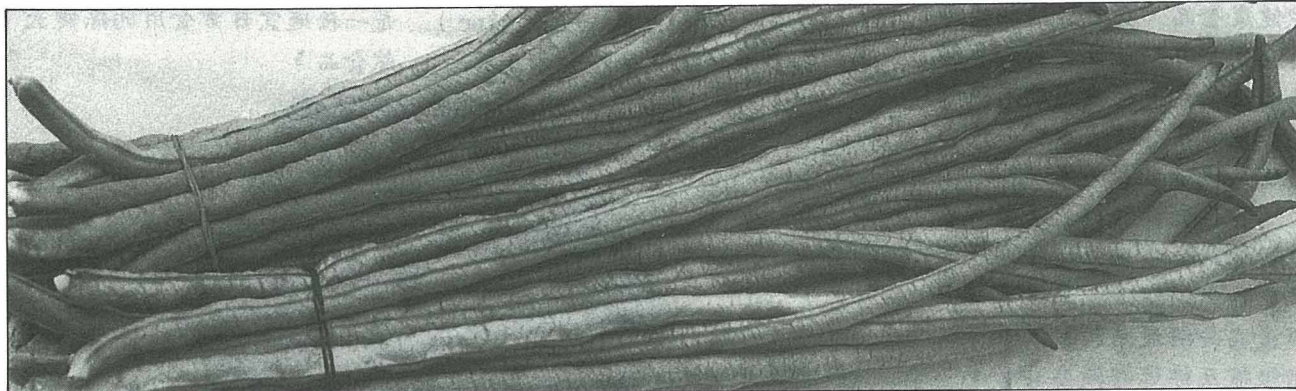
本省鳳梨主要產季年有兩熟，夏季鳳梨主要產地在中部



短米筒形絲瓜



夏季鳳梨4月起上市



青皮豇豆，北部消費者較為偏愛。

山區及南部丘陵地，南投縣、台中縣、台南縣、高雄縣以及屏東縣都有相當數量。一般說起來，夏季鳳梨的風味較冬季鳳梨為優，甜度也較高一些。4月間上市後，可以維持供應到8、9月間，夏日炎炎，來一份冰涼的鳳梨吃，個中滋味，只有自行嘗試者方知。

選購時，以具重感，手指彈擊回聲實在者為優良。本省改良成功的台農四號鳳梨，俗稱“釋迦鳳梨”，雖然可以剝粒食用，頗為方便，但含水量却是少一些的。

2. 大湖枇杷

苗栗縣大湖鄉地區，為省產枇杷產期殿後的地方，當台

中新社及南投國姓兩處枇杷盛產期過後，大湖產品才悄悄上市，但產品可供應到端午節前後，却也是上述兩地辦不到的情事。大湖枇杷還有一項特色，是果粒比較大一些，但着色程度則稍嫌淺了一些，不若新社枇杷的略帶橙紅，也比不上國姓枇杷的金黃。不管怎麼說，5月份以後，想吃枇杷，就只有大湖產品可以選用了。選購時，仍以着色深者為佳。

3. 屏東大西瓜

本省夏季最重要的水果—大西瓜，每年都是由屏東地區領先打入市場，然後由南而北，漸次北移，到達台北縣的三芝鄉一帶。屏東大西瓜雖然是

3月間就已陸續上市，數量終究是不多，4月份才是主力演出的時候。這時氣候漸熱，氣溫逐漸上升，大家正感覺吃不消，而季節性生產明顯的西瓜，又已有一陣子的思念，於是屏東西瓜來的正是時候，既解渴又解饞，價格高一些，也沒什麼大了不起。5、6月間上市的濁水溪西瓜，就沒有這麼好的際遇了。由於家庭購用大西瓜，多係切開購買，或半個，或四分之一。選購時，可以一目了然，似乎不必多做介紹。