

粉綠豆做的綠豆湯

今年夏天，
嚐嚐國產粉質綠豆為原料做成的綠豆湯，
裡頭多加了麥仁，
內容豐富，
味道更香甜喔！

台南5號粉綠豆是台南區農業改良場和亞洲蔬菜中心共同合作選育出來的綠豆新品種，它在民國78年正式命名後，曾在嘉義縣朴子鎮和台南縣的歸仁鄉、塩水鎮等地推廣，歷經了3年，在各農會的努力下，朴子鎮農會決定選它為地方特產，其種植面積自當初試種的5公頃擴增至今年的40公頃。

今年夏天，朴子鎮農會不但有真空包裝的粉綠豆上市，還有罐裝綠豆湯呢！王總幹事特別推薦這種以“國產粉質台南5號”為原料做成的綠豆湯，這項新產品其內容物除國產粉綠豆外，尚有麥仁，味道更豐富，此配方是國立嘉義農專食品加工技術輔導的。罐裝粉綠豆每罐350克／售價15元，真空包裝粉綠豆每包300克／售價35元，有意嘗新的讀者請洽朴子鎮農會，服務電話：(05)3794102。試試看，粉質綠豆是否比進口綠豆更香甜！

綠豆是中國家庭老少咸宜的點心食品，尤其夏季來一鍋冰涼綠豆湯可謂闔家歡樂。在鄉村裡常有做祖母的人為值青春期滿臉長青春痘的孫子女煮綠豆湯“以豆治痘”，由此可知在中國人心中它有解毒功能。

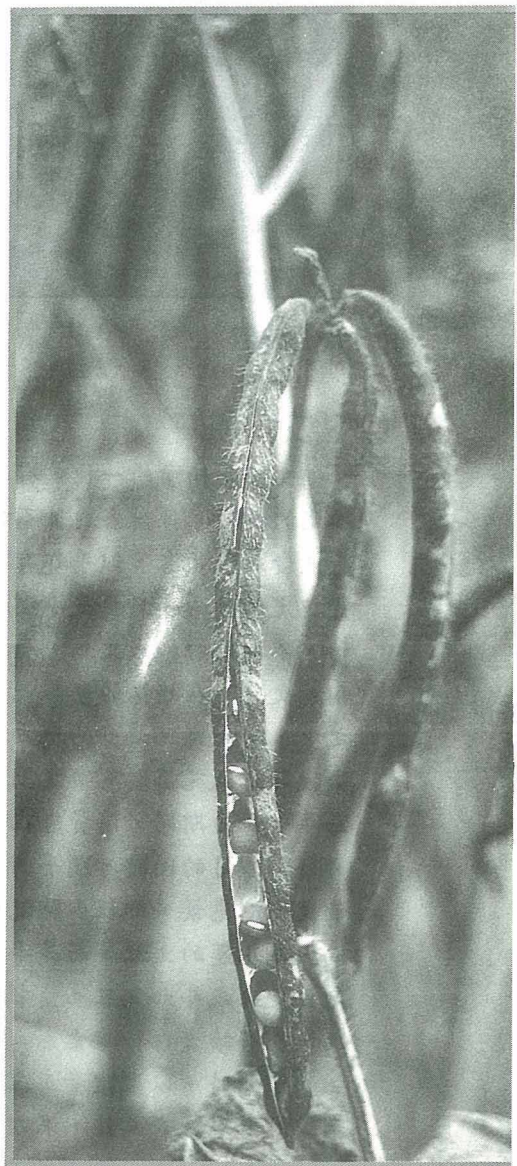
事實上，綠豆真是有解毒功能，依明朝李時珍編著的本草綱目，綠豆可作豆粥、豆飯、豆滷、燻食麵食，磨而為麵，澄濾取粉可以作餌頓糕，湯皮搓索為食中要物，以水浸濕生白芽，又為茶中佳品，牛馬食之亦多賴之。」因此李時珍稱綠豆為“真濟世之良穀也”。

而從現代人科學數據來看，綠豆的營養成分也是不錯的，其100公克的熱量是320大卡、蛋白質22.9公克、脂質1.1公克、醣類56.7公克、纖維4.2公克、灰質3.6公克、鈣86毫克、磷320毫克、鐵4.9毫克、維生素A70國際單位、B₁0.52毫克、B₂0.29毫克、菸鹼酸3.1毫克。

本省綠豆主要產區集中在



易開罐綠豆湯，冰過會更好喝。



裂開的粉綠豆豆莢，沒見過罷！



朴子鎮農會推廣股長陳昭華(右)，積極推廣國產粉綠豆。



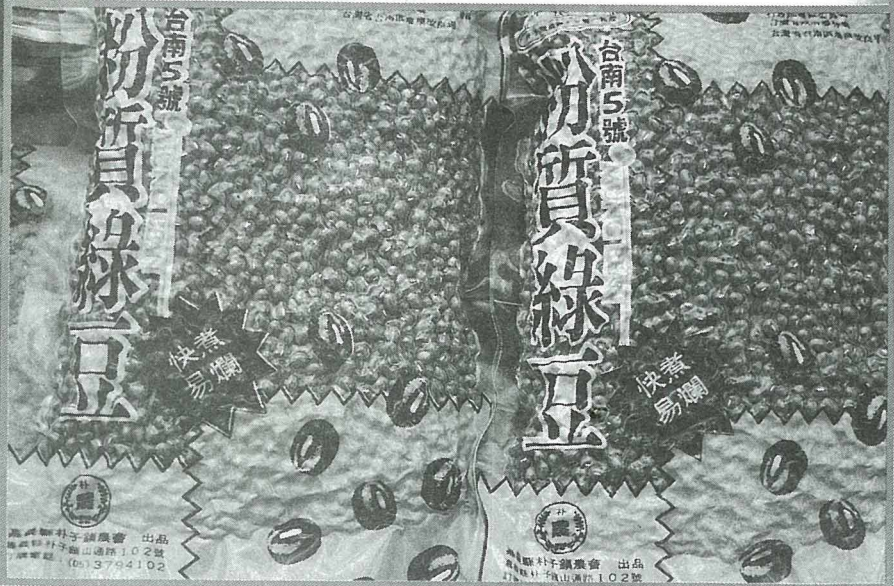
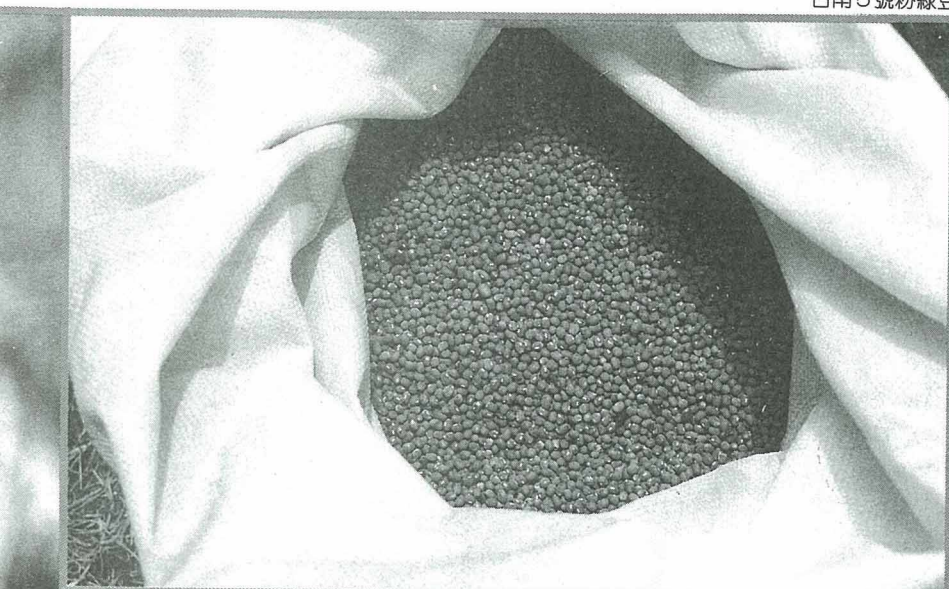
台南5號粉綠豆

台南，台南區農業改良場場長陳榮五博士在民國79年自台東農改場調任現職時，不但鼓勵國人多吃綠豆，更積極鼓勵區內農會要與農民契作栽培台南5號粉綠豆，並製成易開罐產品。依陳場長的說法，台南5號的品種不但成熟期一致，生育日數短且抗白粉病，其果實飽滿多肉，容易煮爛又沒有「綠豆鬼」（民間意指煮不爛的綠豆），是相當好的品種。

據台南農改場雜糧研究室研究綠豆，並提出台南5號綠豆新品種命名的翁廷賜先生說，本省每年綠豆的需要量是3萬多公噸，但這些綠豆幾乎都來自東南亞國家，其中以泰國綠豆最多。

本省綠豆不敵東南亞產品的主要原因是栽培成本太高了，省產綠豆成本是公斤40元，進口只要10~12每元，後者雖然品質不佳，但影響很大。本省綠豆栽培面積每況愈下。根據農林廳80年農業年報民國70年全省栽培有4,421公頃，但到了民國79年僅剩410公頃。若以每公頃產1噸綠豆計算，省產綠豆每年才有410公噸，這種產量與需要量30,000公噸比較，就只有1.3%的市場占有率了。

朴子鎮農會有鑑於現代人生活水準日高，對國產食品日漸喜愛，再加上農政單位積極推行「一鄉一特產」，在頂著高成本風險情況下，與農民契作粉綠豆，其精神是值得讚美的，但其日後的發展仍需靠國人的支持。



300公克真空包裝，每包售價35元。