

## 特產美食 FOOD

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 鄉土點心：草仔粿與老婆餅 .....                | 3  |
| 季節食補植物：山藥 .....                   | 8  |
| 時令果菜：瓜果類蔬菜與屏東大西瓜 .....            | 10 |
| 產品櫥窗：甜菊梅／轆篙筍 .....                | 12 |
| 封面故事：紅蓮霧甜蜜蜜 .....                 | 16 |
| 山藥食譜 .....                        | 20 |
| 認識菇菌：雞肉絲菇 .....                   | 58 |
| CAS優良蜜餞：藏在記憶裡的鹹酸甜／名茶甜點少不了蜜餞 ..... | 49 |

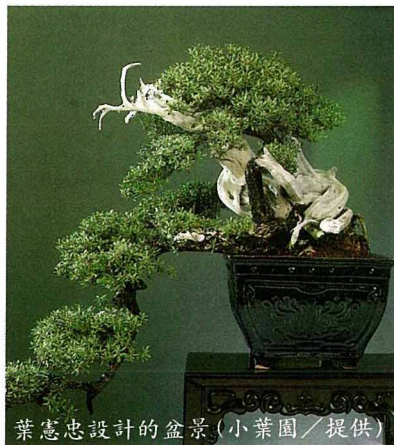


封面設計／林朝宗  
封面攝影／劉慶堂

寶特瓶創意製作(28、32頁)

## 特別企劃 SPECIAL FEATURES

|                  |    |
|------------------|----|
| 再生寶特瓶與懶人植物 ..... | 28 |
| 稻草人的春天 .....     | 33 |
| 酒罈啣賣沒？ .....     | 35 |
| 環保媽媽小奇兵 .....    | 37 |
| 歐洲的綠色規章 .....    | 40 |



葉憲忠設計的盆景(小葉園/提供)

## 家庭園藝 GARDENING

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 歲時花曆：三月桃花舞春風          | 74 |
| 精品花店專訪：「小葉園」記         | 78 |
| 盆栽保養系列：傲骨凌風霜的梅花 ..... |    |
| 鄉土行道樹：木麻黃的點點滴滴 .....  | 83 |
| 都市花農：盆栽的保水妙招          | 87 |
| 園藝門診 .....            | 88 |
| 園藝櫥窗 .....            | 89 |
| 編者的話 .....            | 7  |
| 填字方塊 .....            | 9  |
| 開懷篇 .....             | 55 |
| 農業妙聽聞 .....           | 60 |
| 中央農建專欄 .....          | 90 |

## 鄉間小路

月刊

豐年社發行  
中華民國64年創刊

Country Road  
monthly  
SINCE 1975

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

|      |     |       |                       |
|------|-----|-------|-----------------------|
| 發行人  | 孫明賢 | 社址／   | 台北市溫州街14號             |
| 社長   | 沈葆彭 | 電話／   | (02)362-8148 363-4055 |
| 副社長  | 高明堂 | 傳真／   | (02)363-6724          |
| 總編輯  | 李赫  | 定價／   | 每本零售100元              |
| 副總編輯 | 余淑蓮 |       | 一年1000元 二年1800元       |
| 兼主編  | 黃玉兒 | 郵政劃撥／ | 0005930-0豐年社          |
| 編輯   | 徐以瑜 | 登記證／  | 行政院新聞局                |
|      | 陳櫻萍 |       | 版台誌字7763號             |
| 美術編輯 | 林朝宗 |       | 中華郵政北台字3302號          |
| 業務經理 | 簡芙蓉 |       | 執照登記為雜誌交寄             |
| 業務副理 | 張慶貞 | 印刷／   | 中華彩色印刷股份有限公司          |
| 廣告組長 | 林嵩展 |       | 台北縣新店市寶橋路229號         |
|      |     |       | (02)9150123           |

### ◎特約健康

李寧遠  
國立體育學院  
運動科學研究所教授  
李蘭  
台灣大學公共衛生系  
所副教授  
李蕙蓉  
國泰綜合醫院  
營養組組長  
洪建德  
陽明醫院  
新陳代謝科主任



行政院新聞局  
81年金鼎獎評審會  
評給優良雜誌獎

## 鄉土文化 FARMER'S ART

劉安明攝影作品欣賞(4)：薯園午景／與牛共舞／抓豬販／鹹菜桶／穀倉……………  
台灣農民藝術家巡訪之四：老人繪圖比食藥卡好——張李富……  
田園藝廊……………

## 大地系列 ENVIRONMENT

人與地：北非之旅……………02  
森林中的人類——紅毛猩猩……………06  
本土生態系列錄影帶（台灣獼猴／藍鵲飛過／台灣野鳥百年記）……………05

## 鄉土旅遊 TRAVEL

大蒜的故鄉——荊桐鄉……………23  
大蒜小統計……………25  
蒜頭・每天2瓣……………27  
休閒農場讀者優惠券……………43



酒紅朱雀(劉燕明/攝)

## 飲食養生 HEALTH

健康門診：讓孩子自尊尊人……………47  
熱咖啡安全嗎？……………53  
食物與偏頭痛……………54  
給年過40歲的人……………56

### 廣・告・索・引

|                   |     |
|-------------------|-----|
| CAS鄉間小路果汁……………    | 2   |
| 頭城農場……………         | 6   |
| 鄉點米食……………         | 15  |
| 恒春農場……………         | 19  |
| 走馬瀨農場……………        | 22  |
| 統一公司……………         | 36  |
| 太陽谷休閒農園……………      | 44  |
| 台和園藝公司……………       | 45  |
| 上湧公司……………         | 46  |
| 台銀／台企行／宗慶／若水…………… | 59  |
| 中國兆豐平林牧場……………     | 67  |
| 嘉義農場……………         | 77  |
| 有木里農場……………        | 81  |
| 龍頭農場……………         | 86  |
| 廣興種苗園……………        | 88  |
| 樓蘭山森林遊樂區……………     | 98  |
| FTV—生活傳真……………     | 99  |
| 上湧公司……………         | 100 |

黃伯超  
台大醫學院教授  
張珺  
台大醫學院公共衛生  
研究所副教授  
董大成  
台大醫學院名譽教授  
蔡敬民  
輔仁大學食品營養  
研究所教授  
鄭福田  
台大環工所  
教授兼所長

賴金鑫  
台大醫學院  
復健科副教授  
謝明哲  
台北醫學院教授  
兼保健營養系主任  
◎特約園藝顧問  
王才義  
中興大學園藝系  
副教授  
李 晔  
台灣大學園藝系教授  
(以上按筆劃排列)

## 稿 約

- 1.本刊除約稿外，並接受外界投稿。
- 2.無論投稿或約稿，本刊均擁有刪改權。
- 3.文稿經發表後，本刊擁有出版權。
- 4.翻譯文章需先取得授權，並附證明，否則概不刊登。
- 5.若需退稿，請附足資回郵，否則概不退稿。
- 6.引用本刊圖文資料，須先徵求本刊同意。

| 國外訂費(一年) U S \$ |       |        |        |      |       |        |        |
|-----------------|-------|--------|--------|------|-------|--------|--------|
| 水陸平郵            | 香港、澳門 | 亞洲、太平洋 | 歐、美、非洲 | 航空平郵 | 香港、澳門 | 亞洲、太平洋 | 歐、美、非洲 |
|                 | 64    | 84     | 84     |      | 89    | 99     | 109    |