



# 目錄

82年9月1日出版  
1993  
SEPTEMBER

封面設計／林朝宗  
封面攝影／唐珂德

## 特產美食 FOOD

季節食補植物：千歲茯苓	4
白茶是茶	5
鄭重推荐白花馬齒莧	6
一品南瓜冰	7
時令果菜：鹿港芹味美，龍眼、文旦為主力	9
鄉土點心：神秘茯苓糕	8
產品櫥窗：梅山特產3種／金線蓮	12
封面故事：大眾美食——玉米	13
田園食譜：甜玉米	16

## 特別企劃 SPECIAL FEATURES

人參——讓你表現完美	36
------------	----

## 鄉土旅遊 TRAVEL

我對阿里山的省思	19
拜訪老樹	24
從「植樹祭」說起	29
美國拓荒者之家	34



澎湖望安鄉，無人居住的咕碯石屋（劉燕明／攝）

## 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  
社長 高明堂(代)  
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  
陳櫻萍  
林朝宗  
簡芙蓉  
張慶貞  
林嵩展  
美術編輯  
業務經理  
業務副理  
廣告組長

社址／台北市溫州街14號  
電話／(02)362-8148 363-4055  
傳真／(02)363-6724  
定價／每本零售100元  
一年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  
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

## 特約健康顧問

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

飲食養生 HEALTH

CAS優良蛋品標誌 ..... 42  
 多樣化的蛋製品 ..... 43  
 雞蛋ω-3保健康 ..... 44  
 新奇琥珀蛋 ..... 45  
 中國千年蛋 ..... 46  
 推廣液體蛋 ..... 47  
 藥蛋：解毒／治病／養生 ..... 48  
 吃出健康 ..... 50  
 醫生的話 ..... 52  
 脂肪與癌症 ..... 54  
 健康門診 ..... 55

家庭園藝 GARDENING

歲時花曆：桂花 ..... 67  
 精品花店專訪：蘇家花店 ..... 70  
 寶島何處尋牡丹？ ..... 72  
 鄉土行道樹：老榕之歌 ..... 74  
 盆栽系列：謙虛有節的竹子 ..... 77  
 都市花農：送個貼心的“花”禮 ..... 78  
 園藝欄窗 ..... 79  
 園藝門診 ..... 80  
 編者的話 ..... 1  
 方塊遊戲 ..... 11  
 開懷篇 ..... 56  
 中央農建專欄 ..... 58  
 農業妙聽聞 ..... 82

鄉土文化 FARMER'S ART

台灣農民藝術家巡訪之九：彩繪鄉土情與生命力——郭奇康 ..... 61  
 田園藝廊 ..... 66  
 歌謠欣賞：猜謎歌 ..... 60

大地系列 ENVIRONMENT

美國俄亥俄州有機農場巡禮（VHS推廣教材） ..... 57  
 陳加盛的野鳥世界攝影集 ..... 81  
 認識菇菌：變綠紅菇 ..... 84  
 劉燕明的本土動物生態系列紀錄片 ..... 85  
 簡介「台灣特有生物研究保育中心」 ..... 86  
 新書介紹：救救雨林 ..... 88

中國傳統糕點——中秋月餅  
 （劉慶堂／攝）



廣·告·索·引

冷食協會 ..... 封面裡  
 FTV——生活傳真 ..... 18  
 棲蘭山森林遊樂區 ..... 28  
 台銀／鴻慶 ..... 33  
 統一公司 ..... 46  
 上湧公司 ..... 49  
 台企行／宗慶 ..... 51  
 台和園藝公司 ..... 80  
 嘉義農場 ..... 83  
 上湧公司 ..... 封底裡  
 台和園藝公司 ..... 封底

黃伯超

台大醫學院教授

張珏

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