



■蛋糕很普通，但五分鐘能做好就值得一試吧！

康該是值得深思努力的目標吧！而且專業加工不就是要做到一般人做不到的技術。也許黃蘿蔔改成醃蘿蔔，色素就比較不會這樣氾濫，更何況有一次，買的是酒麴醃製的白蘿蔔也是非常可口。

### 蛋糕粉

對巧手的媽媽做蛋糕也許是很容易的事，為什麼我會對蛋糕粉覺得它是有趣的加工品呢？因為實在是太方便了，只要加蛋、加牛奶攪拌，倒進烤盤，就可以烤出好吃的蛋糕。而且同樣的蛋糕粉，現在還以子母包裝，連量杯都不用，就可以動手。

於是對於一些傳統美食，如碗粿之類，雖然也是很容易買到，但是就是沒有這樣速簡方便的DIY產品。尤其，小孩都對媽媽親手做的東西有無限的情感和一輩子的懷念。希望能有多一點方便省事的類產品，可以讓忙碌的媽媽，只花5分鐘，就贏得最好的親子關係。

這些加工品也許都不是當正餐的料，也許也都不能在整體農業中舉足輕重，也許是當點心吧！也許還有發揮的空間，何不讓國內一成不變的加工品，有著符合時代的新風貌，或是只能等待呢？

## 民間藥草

文圖／陳添來

鄉村無閒草，善用垂手可得的青草植物，融入日常生活，體驗前人的生活智慧。

# 過手香

**過**手香屬唇形科，學名為 *Pogostemon cablin* Benth，又有人稱到手香，這種雜草筆者原本不認識，因在84年度農業產銷班複評時陪同農林廳複評小組到新竹縣寶山鄉油田果樹產銷班進行複評工作，余合能班長待人親切，筆者與新竹縣政府之主辦人古清森先生在余班長家庭院中看到種了密密麻麻的花草，當時並未加留意，古清森先生卻注意到有這兩盆「過手香」，說是治咳嗽與喉嚨痛的聖藥，既然是聖藥，便硬著頭皮向余班長夫人開口，她毫不考慮就答應了，還告訴筆者如何用法，並拔二盆中較壯的一盆，然後筆者便與古先生二人各分一半拿回家種植，由於細心管理，不到幾個月便長出茁

壯的枝條與葉子出來。

種植很有心得，「過手香」繁殖力很強，不需用種子只要用一年生的枝條扦插即會成活，咳嗽、喉嚨痛、聲音沙啞均有效，每個家庭種一盆即可觀賞又添加芳香，一舉兩得。

「過手香」嘗試之經驗，筆者偶而覺得喉嚨不舒服，就會摘一兩片葉，洗淨後沾幾粒鹽巴放在嘴裡銜個幾分鐘，不舒服之感覺即消失；女兒當國中教師，偶而亦得感冒，喉嚨痛同時聲音沙啞講不出話來，亦也治癒；本場員工消費合作社之謝小姐得感冒聲音沙啞講不出話來，我從家裡摘了幾片洗淨後帶去給她服用，下班時碰到謝小姐，她說已經好多了。



「過手香」的種植簡單，服用更簡單，沒有任何的加工與蒸煮，只要把生的嫩葉或心葉摘下洗淨，與幾粒鹽巴放在嘴裡銜個幾分鐘，即可治癒咳嗽喉嚨痛與聲音沙啞。

