

節令美食



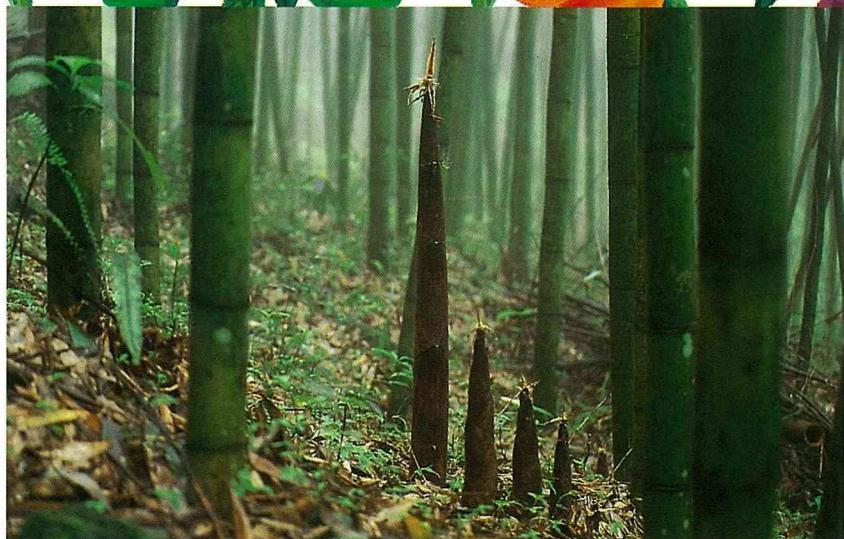
文圖／曾文田

在 台灣，國曆3月到5月出產的春筍，有清脆可口的孟宗筍，泰雅族人稱為「阿里」的桂竹筍，東部阿美人特產的箭竹筍。還有一種很特別的「轆篙筍」，產自本省中部海拔1,500公尺大阿里山區的石卓、奮起湖一帶。

轆篙筍又名石竹，石篙筍，食用部份採自出土的嫩莖。筍支中空有節，肉質肥厚，纖維柔軟，而且含有豐富的鈣質，因此吃起來風味特殊。

新鮮的轆篙筍可以燉、煮、炒、煨，或燙熟後再調味，當主菜或配料都很不錯，是符合現代人健康訴求的高纖食品。

位於嘉義縣竹崎鄉的龍雲自然休養村，由廚師陳美蘭研製創



■阿里山地區特產的轆篙筍。



■在竹林裡尋找春之味。

大台北筍之類

展售活動

時間：(1) 4月12~13日

(2) 5月3~4日

地點：北市建國南路1段266號

台糖公司前廣場

內容：山地鄉原住民產業

——各類竹筍產品

主辦者：桃園區農業改良場

吃筍的季節

意食譜「轆篙筍全餐」，葷素12道菜。附回郵信封(3.5元郵資，12公分寬信封)，寄嘉義縣竹崎鄉中和村石卓1號，龍雲自然休養村鄧雅元先生收，即寄贈「轆篙筍食譜」一本。

想嚐一嚐春天的滋味嗎？安排假期上山享受竹林浴，體驗採筍的樂趣吧！



■轆篙筍排骨湯，清淡爽口。

