

CONTENTS

春

驚蟄：國曆3月6日

春分：國曆3月21日

花月

· 戊寅虎年 · 87年3月1日 · March 1998 ·



封面故事

5 台灣素人藝術巡禮之三：辜萬枝 蘇振明

富麗農漁村

6 行走阡陌上：扇平之歌 吳俊賢 / 曾文田



11 生活農業：台灣黑豆—養生保健食品的明日之星 游添榮

永續農業

16 認識有機農產品的特質與鑑別 吳三和

節令美食

20 有機飲食：有機米 張惠真

22 蔬果情報站：蒞菱菜·球莖甘藍·大番茄 吳昭其

24 我的田園經驗：平淡清甜好滋味—白蘿蔔 李麗

27 民間藥草：圓葉化石草 陳添來

28 茶鄉茶香：凍頂烏龍茶 楊盛勳 / 賴正南

30 海鮮之美：新好男人高孔希寫海鮮食譜 余淑蓮

養生保健

33 養生特別報導：笑匠 George Burns 的長壽學 黃嘉

35 天然飲食教室：橄欖油飲食故事 西班牙商務辦事處

38 梅子季節：梅子加工動手作
(酸梅·醋漬梅·酒漬梅·蘇州梅) 趙傳銘

43 餐飲之旅：「芋仔蕃薯」往日情懷 翁雲霞

45 葡萄酒之旅：酒器的認識(上) 羅文欽 / 鄭旭志

48 消費教育：居住糾紛 張珮儀

49 山藥 汪志靜

50 非常急救法：氣喘 蘇永安

52 以交通號誌診斷飲食 劉麗兒

54 探病的「伴手禮物」 楊惠玟

55 消費者法律講座：神壇擾鄰 無「法」可管？ 尹章華



養生別冊

A 蔬果寶典：梅·橄欖·杏仁果·黃秋葵·蘿蔔葉 洪建德

E 食品科技：如何調理食物·預防食品種毒 邱健人

H 食品科技：食肉難·瘦身餐·乾兩杯與維他命B 王稼

自然觀察

58 四季拾趣：走訪浴火重生的塔塔加 陳逸忠



62 他們在紀錄台灣：劉彥廷與冠羽畫眉 方引平

65 德國行腳：黑森林庇佑下的子民，有福了！ 陳啓楨

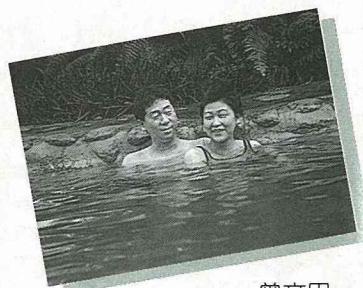
85 農業新知：荷蘭豬舍·全民防疫·
不可抗拒的引誘·白蟻大餐 黃嘉

生活園藝

70 盆花DIY：組合盆栽中枝材的妙用 吳麗春 / 傅仰人

73 親子植物遊戲：矮牽牛 敲染 吳麗春

74 芬芳藥草：山葵 馥郁



鄉村旅遊「台東知本專輯」

曾文田

77 坐擁山水泡湯行

78 泓泉·虹泉

79 吃出健康風味餐·知本1號地熱井

80 知本溫泉

82 遊程設計

84 鄉土特產

廣告索引：

CAS(封面裡) 吉園園(13) 老年農民福利津貼(14)
宗慶/台企行(34) 台灣銀行(37/39) 上湧公司(47)
市民農園(68) 鄉園(封底裡) 台和園藝公司(封底)