



芒果當然是我喜愛的水果之一，深得我的歡心，最刁一尤、的是它總像一把奇妙的鑰匙打開我愉快的旅遊記憶。旅遊的時候，看到芒果我的心跳就會加快，十分的興奮和喜悅！

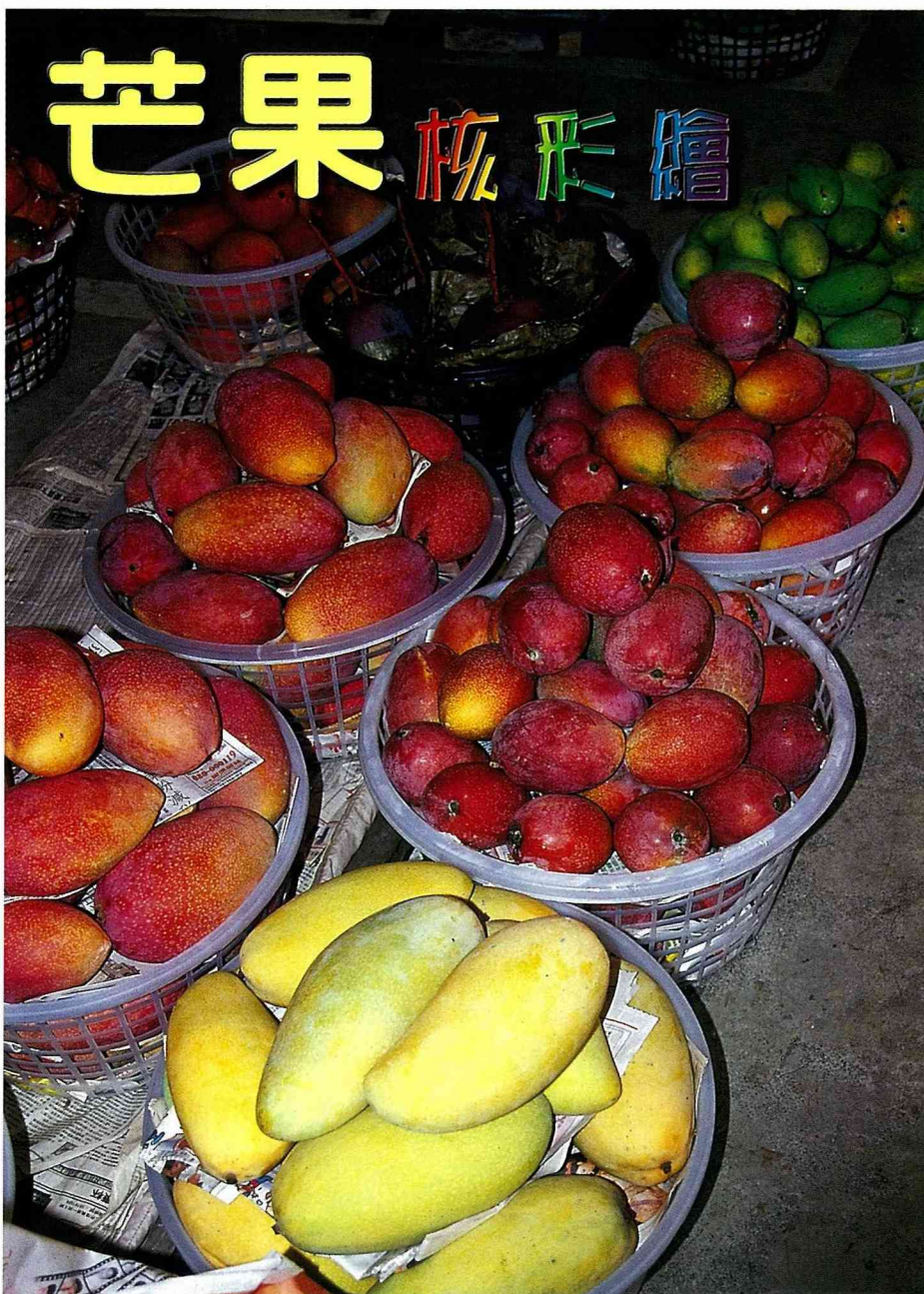
芒果可以抵稅

回想國小的時候，曾經到嘉義旅遊，出發前幾天老師特別為我們介紹旅行的景點，從遠近馳名的西螺大橋到關子嶺的水火同源。其中的一環是介紹嘉義縣市有一段公路兩旁種滿了芒果樹，並且加以編號列管。這些果樹竟然是公有財產，平日交由臨近路邊的農家代為照顧。如果我沒有記錯，收成的芒果是可以抵稅的。

芒果核 DIY 最佳材料

經過數十寒暑，我最記得是嘉義的芒果樹，巨樹綠蔭蒼蒼鬱鬱。當年的小女孩抬頭看芒果樹，頭往後面一昂帽子都掉了下來，樹梢外有一朵朵棉花糖似的白雲，陽光洒向樹葉，吱吱喳喳的鳥叫聲響在耳際，感覺一隻隻麻雀兒從眼前快速飛掠而過，一晃眼就飛得無影無蹤！

那次旅行歸來，老師要求學生們收集芒果核，作為美勞的材料，首先要將芒果核洗淨之後並且晒乾之後才能使用。學校同時舉辦芒果



■南化果菜市場的芒果。

核美勞創作成品的展覽會以及班際比賽，每一班的師生熱烈的投入快樂的學習與工作行列之中，藝術就在我們的生活裡面。師生都生活在幸福的搖籃裡，而推動這搖籃巨大有力又溫馨的手，就是我敬佩的陳校長，每一學

期都有大大小小的學習之旅。

認識芒果

芒果在市場上稱小芒果為土芒果！大芒果為芒果或洋芒果。芒果為原產印度的熱帶果樹，已有四千多年的



栽培歷史，荷蘭人引進台灣距今約四百多年，芒果樹喜高溫多濕的氣候，也極耐旱，春天開花，每一花穗數十朵到數百朵，結成果則不多約三、五粒或一、兩粒。成熟期因品種而異，約在5-7月。土芒果，皮綠肉黃；外來種的未熟果皮多是暗紫，成熟變成橙黃或鮮紅色，或單色亮麗的金黃色。

別名與應用

芒果的別名計有檬果、莽果、樣仔、菴羅果…等。芒果可生食、熟食、加工製造及藥用。芒果是上好的水果，香甜汁蜜，未成熟的土芒果在如小雞蛋般大時，即可採下削皮，切成小塊醃製



■ 醃青芒果是古傳的鄉土食物，您嚐過嗎？

成情人果，酸酸甜甜是大人小孩都喜愛的零食之一，有位朋友甚愛芒果青，每次醃製時只加少許糖而加入許多的辣椒與醬油。有一回告訴我，有時實在想吃芒果青，偏偏芒果尚未開花，打從芒果樹下經過，採幾片嫩葉沾醬油吃，美美小姐平日是蠻挑嘴，不合她胃口的食物寧可不吃，她也耽心亂吃芒果葉會不會中毒，叫我有機會問一問學農的專家，天下就有這麼可愛的姑娘！

芒果入菜，現代人的食物講究精緻美觀，健康養生又可口，有機蔬菜、花卉、水果廣受歡迎，蘋果、芒果、芭樂、蓮霧、哈密瓜皆可入菜，除了營養更增添食



■ 芒果乾片也是台南的特產之一。

物的香甜。在台南縣南化鄉的水果批發市場看到二罐鹽醃的土芒果。我好奇問老闆如何食用醃土芒果，他說通常是煮魚煮肉或蒸或作湯都是不錯的搭配，再看細細一罐都超過10公斤以上，讓我買下其中的任何一罐都有困難，實在是太重又太多了，我又不熟悉它的風味不敢冒險只好作罷！回家之後我偶爾還會想老闆為什麼那麼固執不肯零售？或者我建議他改為小罐裝，下回我就買的下手了。

芒果在民間經驗亦有不少的醫療功能，治療暈車船嘔吐，果肉外敷止痛消腫。明·李時珍的《本草綱目》中稱芒果為菴羅果（氣味甘溫。無毒。（主治）食之止渴，主婦人經脈不通，丈夫營衛中血脈不行，久食令人不飢。葉（主治）渴疾）。煎湯飲。如果經中西醫研發證實它的療效該有多好呀！

自由創作最快樂

小朋友們拿到芒果核當做美勞材料，表姊妹三個人聚在一起共度一個愉快的下午，自由創作最快樂！果核當美勞素材既有自然的美感與質感，更具環保的、無污染的及經濟的優點，芒果核DIY讓我看到孩子們比我小時候更豐富更天才的創作，看芒果圍繞著孩子的歡笑是多麼的幸福。

■

■三項特製的冠冕帶
起來好神氣喲！



芒果核彩繪 DIY

材料：

芒果核、彩草、彩紙、漿糊、剪刀…。

作法：

1. 芒果核以清水洗淨、晒乾備用。
2. 在芒果核上勾勒圖形，紋飾。
3. 填上顏色即可。

備註：

亦可貼上彩紙，增加造型，隨自己的喜好創作。

■作品裡大魚帶小魚，還有兔寶寶、水草、愛心…。



■表姊妹三人，快樂的投入創作！

■芒果核是DIY最環保與經濟的材料。

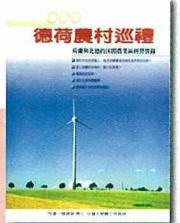
【豐年叢書最新出版 / 台灣休閒農業推廣教材】

2000 德荷農村巡禮

—荷蘭與北德的休閒農業區經營實錄



- 菊八開本 / 平裝
- 彩色印刷 / 104頁
- 定價 400 元



■善於治水的荷蘭人，爲了保護家園的生態環境，放棄圍堤造陸的鬼斧神功科技；遊人如織的羊角村，則以小橋流水、羊腸小徑的傳統風貌，經營世界級的觀光農村。沒有大手筆的工程建設，只有小而美的鄉村魅力，羊角村民把前人的生活智慧，巧妙運用在產業轉型上。他們成功了！

■路是人走出來的，鄉村道路要有自己的特色，應是考慮「人」之使用，而不僅是爲車子設計，如何讓鄉村道路活起來？現代都市與美麗農村如何互相依存，結合成爲人性化的生活空間？本書提供了可貴的德國農村經驗，期以激化國內業界深刻思考休閒農業與農村建設的內涵，創造出有台灣風味的休閒農漁村。



● 郵政劃撥 00059300 豐年社 ● 另附掛號郵資 60 元 ● 門市部電話 02-2362 8148 轉 30 ●