



## 【鄉村品味】

吃釋迦的樂趣—搬舌・弄唇・吐子  
西班牙的小菜佳餚  
府城冷番茄 / 蠔油大陸妹

## 【飲食養生】

缺鐵性貧血的養生法  
台灣發芽米上市  
如何遠離糖尿病

## 【話我鄉情】

茶山情歌  
荷花・垂柳・鯉魚潭  
揭開綠房子裡的秘密



91年9月號 第28卷 第9期

- If you eat, you are involved in agriculture.
- 人人日進三餐，能說農業無關？



ISSN 1015-8367

