

CONTENTS

目錄

封面故事

2 讓陽光著色的蘆筍 路全利·蕭寧馨·楊藍

富麗農村

12 台灣農村之美系列：水果之美 蘇振明

14 環境與生態：屏東麟洛鄉 重現沼澤之美 曾文田

19 Agritech 2003：以色列的農業(上)一節水灌溉 余淑蓮

27 吃在農村：苑裡「紅芭樂鄉土料理」 陳乙貞

62 四健專欄：相約澄清湖畔一鳥松鄉的四健活力 林詩音

66 田媽媽系列：任記東北酸菜坊的酸菜傳奇 李慧津

節令美食

24 食品科技：靈芝與健康 陳啓禎

30 健康餐飲：以地瓜為主題的「繁衍食堂」 陳乙貞

32 甘藷葉是一種保健蔬菜 張榮如

86 新書介紹：歐陸傳奇食材



養生保健

33 讓運動變成一種習慣 洪建德

35 端午節與預防醫學的省思 廖邨德

38 維護腸道健康的方法 王鳳英

40 食用酸乳酪使身材苗條 屈先澤

53 關係中的代罪羔羊 趙慈慧

54 快樂 趙曲水宴

56 靈芝——天然食品藥材 陳潮宗

58 由健康觀點談房屋設計 葉子久

人與土地

41 屏南海岸黑珍珠 林裕森

43 Kona coffee的田園記事(下)

藍色夏威夷莊園咖啡

50 新埤火鶴花 曾文田

51 水蓮花茶

52 龍眼蜜·土雞料理·生蠔精

生活園藝

68 景觀園藝：以童心打造童趣城市的吳金珍·陳秋鵬 楊藍

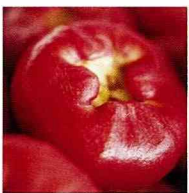
鄉村旅遊

74 休閒農業：德國學人走過台灣農村(2) 江益璋

81 畫我家園：漂亮的溪南國小 孫少英

82 生態旅遊：生態旅遊守則 王鑫·李光中

87 旅遊專輯：龍雲休閒農場 曾文田



芒種：國曆6月6日
夏至：國曆6月22日

癸未羊年
92年6月1日
Jun 2003

別冊

A 生活瑣議：

談「心」

邱七七

B 海外休閒：

中國人的愚人節

郭瑩

D 地方報導：

從燈籠彩繪到元宵活動

鄭玉梅

E 健康白皮書：

標示咖啡等8篇

黃嘉

H 開懷篇

廣告索引

中華CAS優良食品
發展協會(封面裡)

有機農業(11)

台企行(34)

高屏地區番石榴

策略聯盟(35)

天力公司(36/37)

台北市錫瑠環境

綠化基金會(73)

中華冷食協會(封底裡)

中央畜產會(封底)

鄉間小路

中華民國64年創刊

發行人 孫明賢
社長 高洽新(分機11)
副社長兼總編輯 高明堂(分機12)
副總編輯兼主編 余淑蓮(分機16)

編輯 黃玉兒(分機29)
葉小慧(分機28)
張麗貞(分機25)

美術設計 李男工作室

業務經理 簡美蓉(分機15)
業務副理 王裕親(分機17)
廣告組長 謝惠萍(分機19)
發行組長 許麗琴(分機30)

特約健康顧問(按姓氏筆劃排列)
李寧遠/輔仁大學校長
李蘭/台灣大學衛生政策與管理研究所所長
李惠蓉/國泰綜合醫院營養組組長
洪建德/蘭明醫院新陳代謝科主任
黃伯超/台大醫學院名譽教授
張珏/台大醫學院衛生政策與管理研究所副教授
董大成/台大醫學院名譽教授
蔡敬民/中原大學生物科技學系系主任
鄭福田/台大環工所教授
賴金鑫/台大醫學院復健科教授
謝明哲/台北醫學大學公共衛生暨營養學院院長

特約園藝顧問
王才義/中興大學園藝系副教授
李晔/台灣大學園藝系教授

特約法律顧問 尹齊華

發行所 財團法人豐年社
地址 台北市溫州街14號
電話 (02)2362-8148 2368-8066
傳真 (02)2363-6724
E-mail: h3628148@ms15.hinet.net
http://harvest.coa.gov.tw
郵政劃撥 00059300財團法人豐年社
定價 每本100元
訂費 國內一年1000元, 二年1800元
國外一年航空港澳89美元, 亞洲及大洋
洲99美元, 其他地區109美元, 水陸港澳
64美元, 其他地區84美元

登記證 行政院新聞局版台誌字7763號
中華郵政北台字3302號
執照登記為雜誌交寄印刷
印刷 中華彩色印刷股份有限公司

Country Road, Published by
HARVEST Farm Magazine
14, Wenchow St. Taipei, Taiwan, R.O.C.
E-mail: h3628148@ms15.hinet.net

美國運銷處 Mr. James Lee
MAY PRODUCE COMPANY
742 East Garvey Ave., # C Monterey Park,
CA91754 U.S.A.
Tel. 626 572 3168
Fax. 626 572 2888