



榲果石蓮花



香榲酥排湯



什錦天羅婦

桑榲風味餐

文圖／黃菱怡

每年5
～6月，進
入桑榲果實
的成熟期，
滿樹紅紫相
間的桑果纍



泓泉溫泉渡假村「彩虹廳」

纍垂掛，讓人看了垂涎欲滴。「桑」的品種很多，依用途區分為採葉或採果品種，常見的桑樹品種，有行政院農委會苗栗區農業改良場選育出的46 C19號品系，桑農利用產期調節技術，一年二熟，延長採果期，假日開放供遊客採摘桑果，平時則自行採收，加工製成桑榲濃縮果汁，更利用桑葉、桑根、桑榲等，加工做成各種食膳與料理，如桑葉雞絲麵、桑根雞湯，以及具有溫潤爽喉功效的桑榲果汁。

剛採下的新鮮桑榲果實，入口感覺極佳，適合鮮食、糖漬，亦可加工製成果醬、果凍、蜜餞、冰淇淋等食品，或釀製桑榲酒。

桑榲含豐富的葡萄糖、果糖、胡蘿蔔素、維生素、檸檬酸等養分，具有養血明目、消腫利尿、滋陰補腎、潤腸通便等效用，是很受歡迎的養生水果。台東縣知本溫泉風景區內的泓泉溫泉渡假村，研發推出「桑榲風味餐」，有榲果石蓮花、銀果榲抄手、桑榲魚子堡、什錦天羅婦、香榲酥排湯等，預約專線：(089) 510150。

攝影



銀果榲抄手



桑榲魚子堡