



CONTENTS



目錄【32卷8期】

1 農村生態之美

木瓜

賴仲由

封面故事 3~11

埔里茄子 修長飽滿 入口綿細

路全利·徐清銘·蕭寧馨
三太養生鐵板燒

節令美食

14 花蓮無毒農業： 多食金針解憂愁 黃菱怡

18 CAS專欄： 有莫札特相伴的統一肉品 蔡佩娟

27 新米食主張： 法式米食與生活美學 林麗娟

30 聰明生活家： 醋醋安心的 CAS釀造醋 柯俊年· CAS優良農 產品發展協 會



養生保健

31 書摘(食物的歷史): 豐饒和饑荒並存 左岸文化

34 讀者來函: 北京訪林青 洪玲珠

35 茶與茶事: 茶聯摘趣 屈先澤

37 食品科技: 紅麴-健康食品的明日之星 王鐘毅

38 過敏兒的營養 邱淑娟 李蕙蓉

41 鮭魚群與健保總預算的悲歌 葉子久

42 為何藥費占率高 洪建德

55 熱天吃西瓜, 不用把藥抓 陳潮宗

56 機能性畜產品與人體健康 林育安

59 蛋的營養好 王鳳英

60 告別數羊的日子 中醫藥膳幫您解決失眠問題 蔡文興

63 夢回鹹菜甕 呂鴻賓

64 在家、出外盡嚐新味 翁雲霞



人與土地

43~47 中國第一大肉牛產地-榆樹市 佟光英 莊迦媛

49~51 發現台灣農業競爭力： 種果樹·台南大內有高手 林立宏

52 優秀農業研究人員：貼近泥土的專家-郭鴻裕 黃繡亞·陳美圻

54 明日之星：小而美的台灣原生水草 特生中心

生活園藝

74 民俗植物：月橘·小葉桑·咸豐草 吳展才

76 庭園生活：最佳天然空氣濾清器-虎尾蘭 陳秋伶

環境與生態

21 樂活族系列：

堅持柔性環保·落實綠色生活的盧惠寬 楊藍

72 動物保護：放生=保護動物? 楊懿如

78 沙漠上的奇蹟-防沙堤與坎兒井 李啓端

81 有機農業：融入環境生態的有機茶園 吳東傑

富麗農村

25 田媽媽專欄：

台南柳營「啥米碗粿」創造千萬營業額 春樹

68 四健專欄：屏東內埔地區農會「爸爸歲月作業組」 林詩音

鄉村旅遊

12 開螺絲專欄：台灣教授團赴日除草施肥記(1) 陳燕銀

82 英倫遊蹤：倫敦小威尼斯和荷蘭公園 吳展才

84 海角天涯：鹿島人民與大自然共存共榮的故事 春樹

90 畫我家園：手捏陶 孫少英

91 鄉村旅遊：三生有幸·溪南回春 藍玉虹

廣告索引

木瓜產業策略聯盟
(封面裡)
獸醫畜產發展基金會
推動台灣獸醫畜產發展
的手(23)
邱湧忠·綠茶生機(36)
南農中心
休閒農業概論(67)
廖龍盛·實用農業(75)
農糧署·擘草(77)
訂雜誌·送農業競爭力
(封底裡)
鳳榮地區農會(封底)



鄉間小路

中華民國64年創刊 行政院農委會補助

發行人 孫明賢
社長 黃武林(分機11)
總編輯 余淑蓮(分機16)
編輯 黃玉兒(分機29)
張慶貞(分機25)
陳建智(分機36)
黃一原(分機27)
美術設計 李男工作室
業務經理 簡芙蓉(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/輔仁大學食品營養系教授
李蘭/台灣大學衛生政策與管理研究所教授
李蕙蓉/國泰綜合醫院營養組組長
洪建德/陽明醫院新陳代謝科主任
黃伯超/台大醫學院名譽教授
張珪/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
李岬/台灣大學園藝系教授
特約法律顧問 尹草華

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
傳真 (02)2363-6724
E-mail: h3628148@ms15.hinet.net
http://www.harvest.org.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, 大陸港澳
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
台北縣新店市寶橋路229號

Country Road, Published by
HARVEST Farm Magazine
14, Wenchow St. Taipei, Taiwan, R.O.C.
E-mail: h3628148@ms15.hinet.net
美國連絡處 Mr. James Lee
MAY PRODUCE CO. INC
3099 DEL MAR AVE
ROSEMEAD, CA91770 U.S.A.
Tel. 626 572 3168
Fax. 626 572 2888
港澳大陸地區總經理
盧文韻 董事長
J&D利有實業股份有限公司
香港摩利臣山道80-82號柏餘中心
11樓1103室
Tel: (852)29152332 Fax: (852)25490339
e-mail: jenny.lu@itnc.com