



優質生活好幫手 生鮮截切蔬菜

一位和我有同齡孩子的工作夥伴，經常趁工作之便，帶著孩子到我家中，孩子玩孩子的，兩大人除了工作聊天，另一件事就是打牙祭，好不樂哉，回家時，還有「等路」可以帶回家，有一回主客易位，當我帶著孩子到她們家，哇！她爲了想料理一餐招待我，一早就上市場大肆採買一番，從蔥到蒜，從肉到菜，品項之多，份量之大，讓我以為要到她們家拍攝滿漢全席食譜，我和她

花了一整個早上時間整理食材，然後再依序烹煮調理，最後到上桌時已經累得沒啥胃口了！

也許這是好朋友的一番心意，心想難得露一手，當然要盛情款待。事實上很多家庭主婦的採買方式也是如此，尤其在炎熱的夏天，更是辛苦，爲了要配合豐富的菜色，幾道菜就得買上很多不同品項的食材；烹調前，還要花很多時間整理，

產生的廚餘可能比上桌的菜量還多；更重要的是，現代家庭人口少，食材用不完，就往冰箱塞，若不盡快用掉，冰箱就會變成雜物箱，再不處理，漸漸地還會有不好的味道產生；而且食材若過了賞味期，只好丟棄，造成更多的浪費。

其實現代飲食生活真的可以很easy，除了五花八門的調理食品，連想要自己動手料理，也有連洗切都免動手的截切蔬菜小包裝，品項豐富，從芋頭塊到快炒青菜，甚至爆香菜色搭配組合都有，不用洗，不用切，所有的廚餘都留在產地，翻犁入土變肥料，尤其包裝上若能有CAS標章，更能買的放心、吃的安心，不用擔心蔬菜品質。

CAS截切蔬菜在工廠裡從洗菜的溫度、水質，到分切過程都有控管，對消費者而言真是最好的保障，而且因爲大多是與農民契作生產，常年價格持平合理，包裝標示都很清楚，真是方便做菜的可愛寶，這方便的“可愛寶”，就擺放在賣場超市的冷藏櫃中，下次見到它，帶它回家，一定可以成爲你我優質生活的好幫手。

