

文圖／李沛恆 財團法人台灣優良農產品發展協會

CAS生鮮截切蔬果

讓廚餘不見了

對於家庭主婦、學校、國軍團體等團膳單位或是餐廳來說，製備三餐其實並不難，難的是在煮飯之前的準備作業。以一般家庭來說，家庭主婦為了讓家人吃的營養又健康，會特別注重在蔬果的清洗與烹調，而且在

挑選的時候也會擔心蔬果的「農藥殘留」等等的問題，同樣地學校、國軍團體等團膳單位或是餐廳也是如此。

此外，近年開始推行垃圾費隨袋徵收制的政策，使得「廚餘處理」也變成一個需要思考的問題。有鑑於此，行政院農業委員會極力推行「CAS生鮮截切蔬果」，不僅讓上述種種問題一掃而空，同時也讓原本會是垃圾的廚餘變成有利用價值的好東西，真是值得選用的好食材。

天天五蔬果 健康人人有

色彩繽紛的蔬菜水果含有豐富的維生素、礦物質及膳食纖維等營養素，吃到肚子裡可以促進腸胃蠕動，同時也可以提供人體營養素，飲食中若少了蔬菜水果，營養結構就會不完整，對人體的健康有很大的影響。因此衛生署大力提倡「天天五蔬果」計畫，就是期望消費大眾，特別是外食人口應該多食蔬果，為自己挑選均衡的營養，享受飲食的樂趣也獲得健康的身體。

食材有保證 資源再利用

CAS生鮮截切蔬果是使用來自於通過CAS吉園圃生鮮蔬果驗證之契收農場或採收前經農藥檢



驗合格之生鮮蔬果為原料，送到工廠立刻使用預冷設備將蔬果溫度降低後，仔細的篩選去除蟲害及不良品，然後再利用自動化機械將蔬果截切成適當大小，整個過程全部都要使用4

°C以下的冰水清洗，最後還要以低溫的冷藏車輛運送至量販店、超市及便利商店等通路販售，讓蔬果全程保持在低溫環境下，可有效維持蔬菜新鮮的生命及大部分的營養素。

另一方面，在產地處理截切蔬果所產生的果皮、爛葉及不可食的根莖等農業廢棄物則可以再放回農地裡，沒多久就會變成農田裡最天然營養的有機肥料，一點也不浪費。

貼心前處理 媽媽不棘手

舉例來說，市面上最常見的青花菜也是CAS生鮮截切蔬果中的一個品項。一般在清洗的過程中，以花球部分最難清洗乾淨，可是CAS生鮮截

切青花菜，在農地裡就有很好的田間管理，採收後不會有蟲蟲問題，再經清洗截切，而使得家庭主婦買回時，不用花更多的時間在前處理上，可以沖一下水就直接烹調，大大節省備餐時間以及清洗蔬菜的水費，建議下次購買蔬菜時不妨挑CAS生鮮截切蔬菜，讓您做菜不用多費心。 

