



鄉情古早味 復古又時尚

文／陳秀卿 攝影／周黃得榮

寶島台灣，農產品量豐而質美，食品加工業也蓬勃發展，再加上進口產品琳瑯滿目，台灣人的飲食生活很精采。在眾多精緻可口的食品中，有一些鄉土產品卻刻劃著人們走過的艱辛歲月，展現台灣早期農村的特殊文化。

鹹菜、菜脯、米麩、豆奶和辣椒，曾經陪伴許多人成長，它們不只是單純的食品，還被賦予了強韌生命力的象徵。在農村長大的中年人，如今看到這些古早味，總是牽引出溫馨的思鄉情緒，感觸良多，回味無窮。

花蓮縣政府推動無毒農業，致力生產健康食材外，也不忘傳承阿嬤的生活智慧。近幾年來協助各農會和農民針對早期農村生產的古早味產品，給予符合現代人需求的新包裝，鄉情古早味，復古又時尚，深獲消費者喜愛。96年10月遠征加拿大，就是這些古早味產品撫慰了遊子鄉愁，小兵立大功，意外成為近百項出口產品中的佼佼者。

豆奶古意 出國大氣

花蓮縣鳳榮地區農會生產的「鳳榮豆奶」，曾經是早期全鎮居民重要植物蛋白質來源，也曾經因市面上牛奶供應充足而沒落，差點被取代而虧損連連。鳳榮地區農會堅持這個陪伴居民半世紀、與居民生活息息相關的產業不能消失，於是精益求精，



鳳榮地區農會總幹事張孟能，推薦鳳榮古早味豆奶、剝皮辣椒和菜脯

更改包裝以降低成本，並增加多元口味。

談起豆奶，鳳榮地區農會總幹事張孟能有一大串的豆奶經。張孟能說，民國49年間，台灣經濟仍未發展，國人的營養普遍不足，尤其是偏遠地區的農村，營養失衡的情況很嚴重。農政單位為了補充偏遠地區居民的營養，於是鼓勵農民種植黃豆，並在全台設置7個豆奶加工廠，為豆農提供榨豆奶的服務，花蓮縣鳳林鎮是第一家。隨後台灣經濟轉型，5家豆奶廠陸續關廠，目前只剩鳳榮和羅東兩家。

張孟能說，他和許多鳳林鎮的居民一樣，幾乎是喝豆奶長大。家裡種黃豆，小小年紀的他也到豆奶工廠打工，裝瓶貼標籤，一天賺得10多元（一斗米72元）。當時農會的員工則在傍晚期間到街上賣豆腐，農會的豆腐做得較厚實，有飽足感，令他至今回味再三。

時代變遷，居民的營養不再依賴豆奶，鳳榮農會的豆奶工廠曾經連年虧損，且市場不夠大，農會一直苦撐下來。張孟能說，鳳榮地區的居民或農會老員工都對豆奶廠有著深厚的情誼，尤其豆奶廠還提供10餘人就業機會，不能貿然關廠，於是農會積極尋求突破，終於轉虧為盈。

農會首先將原來的玻璃瓶改成塑膠瓶，並由員工自行塑模製作，並研發多種口味，低糖豆奶、黑豆奶、花生豆奶等，提供宅配服務。最近又特別推出不加糖的原味豆奶，鼓勵消費者食用豆奶火鍋，吸收植物性蛋白質，並和火鍋料理店合作，提供香醇豆奶，讓愛用火鍋的消費者多一項選擇，營養可口，保健養生。

剝皮辣椒 行情看俏

全國第一台剝辣椒皮的機器10年前在花蓮縣鳳林鎮誕生，剝皮辣椒成為鳳林特色產品之一，鳳榮地區農會更以「頂客族」銷售全台，打下江



陳秋金是鳳榮地區剝皮辣椒的創始者

山，甚至於行銷至加拿大，更是賣得火熱、辣得夠嗆。

鳳榮地區的剝皮辣椒起源於頂客族剝皮辣椒的生產者陳秋金。13年前，陳秋金和太太兩人創業賣烤雞。他想起服兵役行軍時，三條辣椒配一頓飯的經驗，對辣椒念念不忘，並常以辣椒做為激勵自己不懈怠的動力，於是賣烤雞時，兼做少許剝皮辣椒送顧客做為佐料。無心插柳，許多人卻因為喜愛他的剝皮辣椒而買烤雞，剝皮辣椒搶手令他們感到意外，於是萌生銷售剝皮辣椒的念頭。

起初，夫妻倆胼手胝足手工製作，以傳統大鍋油炸辣椒，再徒手去籽，手被辣到紅痛不已。然而，即使這樣辛苦，做了100瓶到台北販售，卻是3個月也沒賣掉。但陳秋金還是對他的剝皮辣椒深具信心，只要嚐過的人一定難以拒絕這個好滋味，於是央請經銷商賣不出去絕不要丟棄，就送人吃吧。沒想到，果然內行的消費者循線找來，剝皮辣椒逐漸量產。

陳秋金心疼太太的手被辣到紅痛，於是著手研發機器，以一年4個月的時間完成，成為全國



剝皮辣椒夠嗆夠味



辣椒園成為鳳榮的田園景觀

第一台全自動辣椒剝皮的機器，也是目前全台灣唯一的一台。

陳秋金開啓了剝皮辣椒成爲鳳榮地區特產新頁，並使剝皮辣椒商品化。爲了使品質及產量穩定，並照顧農民生計，鳳榮地區農會於是協助陳秋金找契作農戶穩定供應原料，白色花朵、翠綠辣椒成爲鳳榮地區的田園景觀，辣椒農也因此生計無虞。

陳秋金以傳統醬油和養生中藥材的獨門配方做成的醬汁醃浸，其剝皮辣椒風味特殊，並區分香油與苦茶兩種口味。

96年10月，花蓮農特產品行銷加拿大，鳳榮剝皮辣椒是工作人員三餐必備的佐料；召開記者會時，讓記者品嚐，有一名記者獨享一整罐；展售現場，試吃的消費者立即掏錢購買，「頂客族」剝皮辣椒果然有夠嗆，行情也愈來愈看俏。

農會建議，剝皮辣椒佐飯配麵皆宜，湯汁千萬不可丟，拿來煮雞湯，味道令人回味再三。

客家菜脯 梅汁醃漬



梅汁醃漬的菜脯風味特殊多了甘味

「菜脯根仔攏咬鹹」形容一種認命刻苦的精神。「菜脯蛋」是家常菜，五星級餐廳也吃得到；民間盛傳，老蘿蔔乾治咳化痰、降血壓、消化、通氣，令人趨之若鶩。「菜脯」是醃漬的食材，也反映出台灣農村文化特殊風格。

鳳榮地區以客家人居多，客家人醃漬醬菜功夫一流，醃漬俗稱菜脯的蘿蔔乾也闖出名號，打響知名度。

鳳榮農會蔬菜班第五班班員楊淑君匠心獨運，以做醬菜的經驗研發不同口味的蘿蔔乾，與傳統方法不同，特別以梅汁醬過，多了一點甘味。

冬季正是蘿蔔採收的季節。楊淑君說，醃漬蘿蔔乾最好採用長型蘿蔔，採收後，洗淨不去



新秀農會總幹楊焜棟為新秀酸菜掛保證

皮，將蘿蔔剖成幾片，以粗鹽醃漬去除水份一至兩天，再以石頭壓乾。第二次，則以梅汁醃浸二至三天使梅汁入味，分裝時再切成小塊，分成原味與辣味，辣味則是加入特製的辣椒粉。

◎鳳榮地區農會

03-8762025 <http://www.frfa.com.tw/>

新秀酸菜 老天賞臉

鳳榮地區農會以蘿蔔、辣椒和豆奶誘出人們濃濃鄉情，新秀地區農會則以酸菜打出品牌，勇闖加拿大，賣到缺貨。

酸菜的原料爲芥菜，又稱刈菜、長年菜，葉用芥葉（長年菜），包心芥菜（酸菜）、莖用芥菜（菜心），富含維生素A、B群、菸鹼酸和鈣。

新秀地區農會輔導芥菜栽培，集中於新城鄉順安地區，緊臨太平洋，栽培面積年約50公頃，栽種之芥菜都加工醃漬爲酸菜，於市場銷售。

醃漬酸菜有40年經驗的徐燕娥說，早期，天微亮即出門割芥菜，做酸菜養家活口，但最大的收穫就是與家人互動頻繁，夫妻倆種芥菜做酸



新秀酸菜採收



新秀農會四健指導員施正雄的酸菜料理抓住加人的胃



新秀酸菜人工醃漬，不加防腐劑和色素

菜，小孩也在田間遊玩，小孩成家，又幫忙帶孫輩，芥菜田仍是他們的遊戲區。

徐燕娥說，做酸菜得看天臉色，天氣好時一早即出門割菜，收割後於田間日曬萎凋4~6小時，東北季風強時，則任由風乾。萎凋後的芥菜，收回到醃漬間，以一層芥菜一層粗鹽逐層鋪上，再以石頭重壓，石頭還特別選自三棧溪，農民認為三棧溪石有靈氣，酸菜風味會更好。酸菜在醃漬桶內約15至20天之發酵熟成後，即真空包裝上市。

新秀農會總幹事楊焜棟表示，新秀地區的酸菜不加色素和防腐劑，呈現原色，味酸甜、質脆、口感佳，賞味期短，得存放冰箱。

96年10月，新秀的酸菜遠征到加拿大，四健指導員施正雄現場料理，微涼的天氣，吃一碗來自台灣家鄉熱騰騰的酸菜鴨，令當地華人勾起無限的思鄉之情，嚐過的華人至少購買兩包。

涼拌酸菜也一樣搶手。施正雄說，這個料理很簡單，只需將酸菜切絲，加黑木耳、蒜、薑、金耳、小黃瓜配色及醬油、糖、香油等調味料，即是可口料理，冰過更好吃。

◎新秀地區農會 03-8267751

有機米麩 富里特產

花蓮縣富里鄉的富麗米出口日本很風光，富里鄉農會碾米廠成為觀光據點，買氣暢旺，帶有古早農村風味、營養又健康的富里有機糙米麩很

搶手，行銷加拿大，撫慰華人鄉愁，更大受歡迎。

早期經濟不富裕的農村，米麩是嬰兒最佳副食品，50歲以上的中年人幾乎都是吃米麩長大，隨著物質豐富，米麩漸被遺忘。

為了產品多樣化，以及給忙碌的現代人方便的健康飲食，富里農會今年初開始生產米麩。陳榮聰說，富里鄉農會生產的米麩是以羅山有機村栽培的有機糙米製作，每天生產200包，幾乎供不應求。去年遠征加拿大，意外成為暢銷產品。當地華僑說，吃到米麩，像聞到台灣的味道，一解鄉愁。

富里有機糙米米麩包裝簡單，沒有任何添加物，原味米香，展現最實在的純樸農村風貌。食用時可依個人喜好添加糖或杏仁等加味。

◎富里鄉農會 03-8832111



富里鄉農會總幹事陳榮聰自己愛喝米麩，也推薦給消費者

花 蓮

農特產品櫥窗



吉安鄉境內土壤豐厚、質地肥沃、水源充沛，再加上太平洋氣流的調節，氣候溫暖，因而孕育了得天獨厚的農業發展條件。

近年來因稻米生產過剩及人民生活水準之提高，良質米之市場需求量增加，加之政府大力推廣良質米計畫，「吉安米」、「吉野一號米」之優良品質得以延續，並使「吉安」成為代表生產高品質米之產區。

(花蓮縣吉安鄉農會)



地址：花蓮縣吉安鄉吉安路2段90號 訂購專線：03-8521151 傳真專線：03-8525281

網路訂購：吉安鄉農會資訊服務網

<http://www.ji-an.org.tw>



花蓮縣富里鄉農會
Hualien Hsien Fuli Farmers' Association

電話：03-8832111 會址：花蓮縣富里鄉富里村中山路136號

富麗

純淨
香甜
自然

台灣第一 外銷日本



輔導單位：行政院農業委員會、花蓮縣政府

即日起至77年(即50日止)
買一送一
每包特價16元
(限2kg包裝)

花蓮縣農會優質農特產精品館



精選來自全省優質的農、漁特產品
安全、健康、有保障

歡迎使用信用卡及國民旅遊卡消費

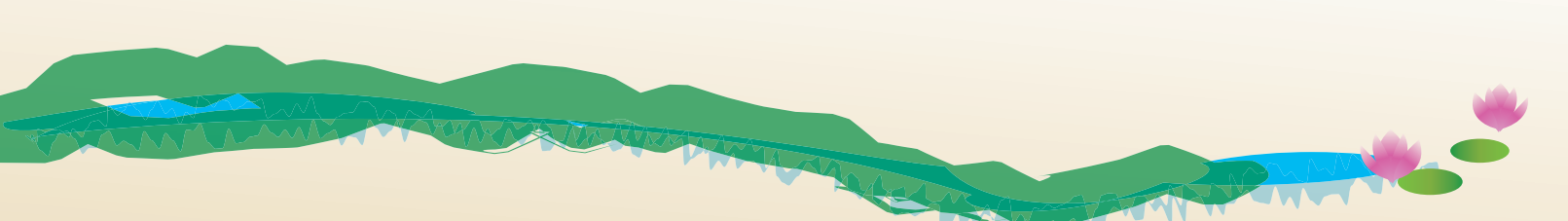
☆ 本會提供花蓮優質農特產品諮詢及宅配等服務

服務電話：03-8333820 03-8523181

傳 真：03-8336486 03-8523184

地 址：花蓮市國聯里商校街234號

電子信箱：hl.fa@msa.hinet.net



紅糯米為花蓮縣光復鄉特產，阿美族原稱紅粟米，是屬於香米（秈米）的一種，除具一般糯米特性外，也可當作米飯食用，煮熟後具有一般淡淡的清香、色澤粉紅、含有維生素A、E、鐵質及蛋白質，營養豐富。

花蓮縣光復鄉目前是台灣唯一紅糯米產地，係阿美族原住民祖先移居花蓮時，攜帶而來，再經由後代相傳栽培至今，該紅糯米煮成的飯原住民稱「Hahah」與其加工製成的麻糬稱「Durun」，色香味俱佳，被阿美族原住民視為珍品。




太巴壠黑珍米為黑糯米的一種，黑糯米富含胺基酸，蛋白質含量也比一般白米高，因此有「貢米」的稱號，阿美族人將之視為老人的養生米。黑糯米俗稱「紫米」是香米的一種，除含有一般糯米的特性外，煮熟的黑糯米飯，香味極佳，色澤為黑色。含有豐富的維生素、鈣、磷、鐵、鎂等礦物質和天然黑色素，還含有多種胺基酸，其中蛋白質含量比白米高35%，氨基酸比白米多25%，是一種難得的自然米食。



光復好米禮盒，內有五種小包裝米：有紅糯米、黑糯米、十穀米、龍鳳米、富田白米等，滿足消費者一次購足之慾望。輕巧的禮盒裝最適合為拜訪親友的伴手禮，值得推薦給您。



太巴壠能量米栽培過程使用清淨甘甜的中央山脈山泉水灌溉，森林吐納的清新空氣滋養，每一株稻穗都匯聚來自大自然的能量精華，依循古傳統秘法，用山泉水細心培育本地的稻米，運用傳統的施肥方法，沒有生長激素，沒有揠苗助長。我們叫它「太巴壠能量米」。

製造商： 花蓮縣光豐地區農會
光豐農會網路商城 www.kffa.org.tw

地址：花蓮縣光復鄉大同村自強路1-1號
TEL：(03)8701055、8701079
FAX：(03)8702117

花蓮

農特產品櫥窗



長壽豐沛
健康宅配

歡迎加入
蔬果宅配會員

養生洽詢專線 03-8656888
03-8656999

另有山珍海味到您家的珍蟲會員
壽豐鄉農會 健康網址 <http://www.shoufong.org>
花蓮縣政府輔導



鳳榮農會結合產業與客家文化
創立「頂客族」品牌系列產品

香草鹹豬肉
【採用花蓮縣無毒活力豬肉製作】
400公克真空包裝，NT\$230

剝皮辣椒
三瓶裝禮盒，NT\$390

活力紅糟肉
【採用花蓮縣無毒活力豬肉製作】
400公克真空包裝，NT\$230

香酥花生
550公克塑膠袋裝，NT\$120

鹹豬肉
400公克真空包裝，NT\$150

紅糟肉
400公克真空包裝，NT\$150

冷凍肉品禮盒

歡迎24小時上網訂購

鳳榮地區農會 花蓮縣鳳林鎮光復路105號
訂購專線：(03)8762025 傳真：(03)8761614
網址：www.frfa.com.tw E-mail：fn081.f01@msa.hinet.net



無毒美饌、鄉點米食

蓮年高

特別推薦

- **大理石年糕** (紫米)
(有機糯米、有機紫米)
- **養生年糕**
(有機糯米、養生食材)

● 本產品採用花蓮無毒農業有機米及養生食材，手工精製傳統古早味，料多豐富又實在，送禮自用兩相宜。

● 預約訂購：無毒農業物流中心 / **24無休**

花蓮縣無毒農業行銷物流網：
[Http://www.hualien-innocuous.hl.gov.tw](http://www.hualien-innocuous.hl.gov.tw)

地址：花蓮市國福里中山路2段1號
電子信箱：hlas.center@msa.hinet.net
服務電話：(03)8569033轉114、115 傳真：(03)8574488

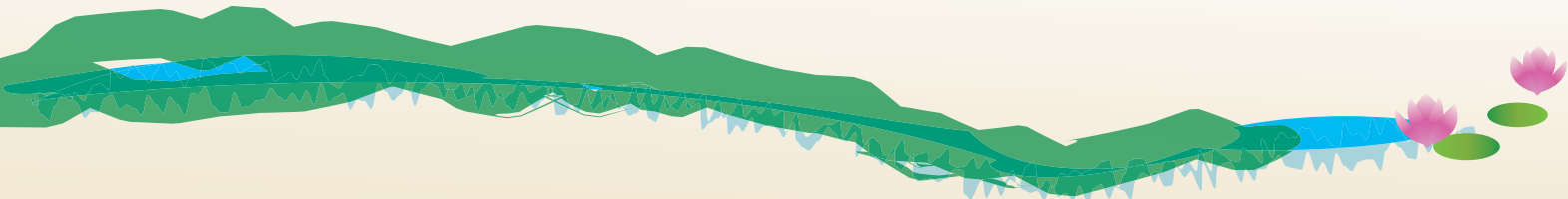


柚香燦采系列

Shaddock

柚香潔顏露 680元 / 200ml
柚香緹顏修護霜 550元 / 30ml
柚香柚嫩精華面膜 550元 / 6片 (盒)
柚子多酚精油洗髮乳 120元 / 270ml

總代理：台灣文旦聯盟 / 花蓮縣瑞穗鄉農會
地址：花蓮縣瑞穗鄉中山路一段128號
服務電話：03-8871044/03-8872226/03-8872338
匯款帳號：69000100061932 郵撥帳號：06660178
戶名：瑞穗鄉農會 徵求各地經銷商



狀元滋味

玉溪狀元米

玉。溪。米



玉溪狀元米

玉溪狀元米不但榮獲臺灣外銷加拿大指定用米，在全國比賽更是屢創佳績；玉溪狀元米擁有晶瑩剔透的外觀、米粒大而飽滿；口感更是Q軟風味佳，烹煮中會散發濃郁甜美的芋頭香味而深獲消費者好評。

主要原料：

台梗4號香米

包裝方式：

真空包裝

什麼是玉溪米

來自玉山山脈雪水，流經中央山脈基性變質岩礦區，溶出豐富的礦物質微量元素，含天然有機質及鈣、鎂、鋁、鋅、錳、銅等元素；除有益於人體健康並增加米質的特殊口味，有機質則讓米質柔軟甜美而且米粒飽滿。

「玉溪米」品味出眾，香、Q、有彈性，在入口嚼食5秒鐘之後有甘甜的味道，細細品味；滿口芳香。

得天獨厚的「玉溪米」，特殊口味其來有自，除天然條件環境良好，在農友提升技術水平、改善品質條件下，稻米品質為台灣頂級好米，歷屆比賽都有優異成績。92年花東縱谷好米品質競賽獲得冠軍，94一榮獲亞軍、季軍，94二蟬聯亞軍，95年榮獲優勝。



玉溪地區農會

Yushi Area Farmer's Association
 花蓮縣玉里鎮中山路二段49號
 電話：03-8881106
 傳真：03-8887792
 網址：www.yushu.org.tw

