

十三、結語

臺東地區除了好山好水外，更是臺灣少數沒有煙囪污染的樂活縣市，境內蘊藏了許多具發展潛力的原生蔬菜種類。原生蔬菜因其生長強健，病蟲害少，對農友而言，在栽培上不論是面對氣候變遷或是進行有機栽培生產，都是很好的選項。在蔬菜供應經常短缺的夏季，部分適合夏季栽培的原生蔬菜(如赤道櫻草、馬齒莧等)多能穩定且持續生產；而在冬季大宗蔬菜大量生產，價格下跌時，少量多樣化且具特色的原生蔬菜(如昭和草、紫背草及角菜等)，亦具有吸引消費者的潛力。此外，多數原生蔬菜富含豐富的營養及抗氧化成分，可提供國人多樣且均衡的飲食及保健需求，兼顧健康飲食的原則。

看完以上原生蔬菜創新食譜介紹後，想必讓您食指大動，下廚料理幾道別具在地風味及清爽可口的美食，一飽口福吧!



原生蔬菜

—栽培繁殖及料理應用介紹—

Indigenous Vegetables Propagation, Cultivation & Recipes

