

# 瑞公農產銷會訊

創刊日期：中華民國八十九年九月一日  
發行所：財團法人台北市瑞公農業產銷基金會  
發行人：陳瑞鵬  
編輯小組：李宗興、陳如彙、陳達、吳昭祥、孔繁慧  
高素琴、曾淑莉、林志鴻、吳曉鎮  
會議地址：100 台北市忠孝東路一段10號  
網址：<http://www.liukung.org.tw>  
本刊圖文，未經同意不得轉載！

國內郵資已付  
監察院郵局  
許可證  
北台字第16174號

第6期

免費贈閱

創造新農業文化

## 中秋為祭

- \* 專題報導  
自己動手做水果製品.....1
- \* 活動VCR  
有機農業推廣巡迴講座.....2
- 貓空茶鄉健行活動圓滿落幕.....2
- 安心蔬果參與2001年國際食品展.....2
- \* 讀者園地.....2
- \* 蔬果小百科  
楊梅.....2
- \* 營養保健專欄  
蔬果與捍衛心臟.....3
- \* 西洋香藥草(下).....3
- \* 田園詩賞  
田園樂.....3
- \* 安心蔬果  
迎接梨產季到了！.....4
- \* 活動快訊.....4



名條黏貼處

## 自己動手 做水果製品

■ 戴三堡

### 根據

百科全書記載，「水果是指多汁且具有甜味的植物果實，其不但營養豐富且能夠幫助消化。」所以水果除了香甜多汁之外，並富含多種營養素。其中，維生素是人體代謝所不可或缺的物質。水果中以維生素A和C最多，B群(如B1、B2、菸鹼酸)也為數不少。特別是維生素B群，為人經常缺乏，卻是可讓你體力恢復、更具活力的維生素，所以多吃水果有益健康。而鈣、鉀、鐵、鎂等礦物質，除了提供代謝所需，更可維持體內酸鹼值與血壓的穩定。至於檸檬酸、蘋果酸等物質，除了可協助人體產生能量，經代謝後會轉化成鹼性元素，所以可平衡體內酸鹼值。此外，纖維質可促進腸道蠕動，防止便祕，減少毒素(包括致癌物)的累積。而類胡蘿蔔素、茄紅素、花青素等成分，則被研究證實有抗氧化、降血脂等功效，所以水果為最天然、最便宜的健康食品。

水果除了鮮食以外，也可製作成各式美食，如果汁、果醬、果凍、水果酒、醋、蜜餞、水果乾等。正當盛產期的水果，大家可自己動手製作美味可口的水果產品，讓家人吃到最天然的甜點飲料，除了補充營養外，還可減少垃圾食品的攝取。

以下就水果產品的製作簡單的加以介紹：

### 1. 果汁的製作

首先選擇較為黃熟的水果，將其洗淨後再把不可食用的果皮或種子去除，接著利用果汁機或榨汁機打汁。再用濾網將粗大纖維去除，隨後將果汁煮沸，再裝入容器中密封

後冷卻即可。此果汁置於冰箱冷藏，可保存一個月之久。若是不經加熱的鮮榨果汁，最好限當天飲用。鮮榨果汁亦可分裝成小包裝，再放入冷凍庫中凍藏，每次僅取出所需份量退冰飲用，如此可維持一星期左右。

### 2. 果醬的製作

無論何種水果果醬的製作，其加工流程都是相同的：水果→清洗→打碎→糖煮→裝瓶→冷卻→果醬。以下就以奇異果果醬加以說明：取3顆奇異果，將其果肉挖出切丁。加入200公克白砂糖與3公克果凍粉拌勻，再以小火一邊熬煮一邊攪拌，避免燒焦。等砂糖溶解後再加入10cc的檸檬汁，再熬煮到變為濃稠時即可熄火。接著趁熱將果醬倒入殺菌過的玻璃罐中，立即蓋上蓋子，放置冷卻即可。其他果醬的製作方法亦相同。

### 3. 果凍的製作

果凍的製作是先將水果打汁過濾，取約250公克的果汁，配上砂糖50公克，果凍粉1公克(果凍粉與砂糖最好事先拌勻)。隨後一邊攪拌一邊開火煮沸，等沸騰後趁熱將果汁倒入果凍杯中，放置冷卻即可。充填時可事先放入一些果肉於果凍杯中，則可做出含果肉的果凍。

### 4. 水果酒、醋的製作

此處的水果酒與果醋是屬於浸泡式的，不需經過發酵過程，製程較為簡單，且成功率高。先將水果清洗乾淨，並擦乾表面水分。如荔枝、檸檬等則需剝除外殼。再來準備約是水果1~1.5倍的米酒頭及1倍量的砂糖。將

水果放入事先殺菌過的玻璃罐中，再依序放入砂糖與酒，隨即密封，置於陰涼處約3個月後即可開罐飲用。果醋的作法配方也是相同的，僅需把酒改為米醋即可。果醋飲用時可加入2~3倍的冰水稀釋飲用，以防太酸難以入口。

### 5. 水果乾的製作

蘋果、芒果、芭樂等水果很適合用來製作水果乾。其作法是先將水果切薄片，再放入會有檸檬汁的糖水(水1000cc、檸檬汁50cc、砂糖100公克)中浸泡5分鐘，隨即取出平鋪於烘箱中以50℃烘乾。若家中沒有烘箱，則可將水果片放入烘碗機中乾燥。乾燥後的水果乾最好放在密封罐中貯藏，以防潮濕。

為了製作安全衛生、美味可口的水果產品，在家中自己動手做時，要注意下列事項：

### 1. 器具的選擇：

加工用的水果最好選擇較為黃熟者。而選購當令季節水果，除了物美價廉外，品質更佳。不要刻意挑選外觀過於鮮豔的水果，外表稍有瑕疵無損營養價值及品質，且價格上較為便宜。若水果表面有藥斑、蟲咬或不正常化學藥劑氣味者，應避免購買。此外，盡量選購袋裝水果。

### 2. 副原料的選擇：

果品加工上的砂糖最好選用白砂糖(特級砂糖)，而紅糖(二級砂糖)或是黑砂糖會影響果汁色澤，故不宜使用。而浸泡水果酒、醋時，除了白砂

糖外，亦可使用冰糖。至於市售的果凍粉，依成份有洋菜、果膠與海藻膠三種，三種使用量皆有所不同，使用時要看清楚說明書的用量。在浸泡果醋時因糯米醋(俗稱米醋)的酸味與刺鼻味較低，所以最為合適。黑醋因經過調味且色澤黑，故不適用。冰醋酸稱釋的化學醋則因刺鼻味重，所以也不適用。而浸泡水果酒時以米酒頭最好，酒精度適中，香氣溫和，最容易把水果的香氣引出。若沒有米酒頭亦可以米酒、高粱酒等蒸餾酒代替。

### 3. 器具耐熱的選擇：

由於水果酸性高，較易侵蝕容器，使鐵或鋁製器材金屬溶出，而使果汁顏色變暗，所以器具上最好選用不鏽鋼器具。至於瓷器或是玻璃器皿也可選用。而塑膠材質的器具則要注意是否為食品級及具有耐熱性為佳。

### 4. 器材的殺菌手續：

所有器材在加工前最好先行殺菌，以確保產品的安全衛生。一般玻璃瓶(含蓋)、漏斗、過濾紗布等可放入冷水中加熱煮沸殺菌。而鍋子、大玻璃罐、保特瓶等不易加熱或不耐熱的器具，則可以沸水燙燙殺菌，再滴乾水份備用。

台灣地處於亞熱帶，夏季雨量充沛，冬季乾燥不嚴寒，日照充足，土壤肥沃，一年四季均能生產鮮嫩多汁、豐碩芬芳的各式水果。正逢盛產期時，水果售價低廉，果品豐美，大家可利用此機會，加工製作各式美食。自己動手做既安全又衛生，自用送禮兩相宜。何妨利用週休二日，自己動手做做看。

(本文作者為台灣大學園藝系食品加工博士班研究生)

## 活動VCR 有機農業推廣巡迴講座

■ 吳曉銓



●蘇塘塘老師「站台」示範減肥健身操。

目前有機農業佔整體農業產值雖然不大，但引起的討論與迴響卻不小，許多消費者雖然聽過，但卻不太瞭解，甚至有些人誤以為使用有機肥的農產品就是有機農產品，有鑑於此本會特別編印了「有機農產品消費手冊」、「有機生活實踐手冊」，希望透過這兩本小冊子，能讓大家對於有機農業有更深的瞭解，進而接受它，喜愛它。

這次有機農業推廣巡迴講座，共舉辦了11個場次，約有1300位民衆參加，在此我們非常感謝宜芳營養師、蘇塘塘老師、早乙女修老師不辭辛勞的陪著我們四處奔波，灌輸我們

健康的飲食觀念，並讓每位聽眾品嚐健康美味的有機「精力湯」、「南瓜凍」、「綠之香」、「巴西利沙拉」讓大家讚不絕口，除此之外也要感謝相關協辦單位瑞公農田水利會、台北市農會、錫瓈環境綠化基金會、松山奉天宮以及松山、新店、內湖、北投、士林等農會的支持，使得本次活動得以圓滿落幕，謝謝大家！



●工作人員分配試吃品像不像辦桌。

引用謝宜芳營養師的一句話，如果您愛台灣這片土地也愛您自己，請您一定要支持有機農產品。

D.S. 如果您有參加此次活動一定滿心歡喜，如果沒參加也不要遺憾，下次記得早點報名，那就對了。

## 活動VCR 安心蔬果參與 2001年台北國際食品展

■ 吳敏芳



六月十四日至六月十七日是一年一度台北國際食品展覽會，展出期間，湧入上萬的參觀人潮，盛況空前。現場就在人聲鼎沸、叫賣聲此起彼落的氛圍中，劃下完美句點。

今年的食品展，共有500多家國內外廠商，設立1200多個攤位參展，規劃有綜合食品及飲料區、冷凍及調理食品區、調味品及添加物區、保健食品區與國外區等。這項兼具專業性及國際性年度盛會，包括國內知名廠商的參與，例如：義美、統一、台糖、味全……等，還有農委會整合地方農會的台灣館，優良食品GMP形象館，以及由美國、法國、中南美洲、韓國、加拿大、澳洲、奧地利、德國、智利等九個國家設立的國家館。現場除了介紹新食品外，也讓消費者享受更多樣的美食資訊；各廠商無不挖空心思，以品嚐試吃、促銷、表演等活動方式，與消費者做更直接的互動，使現場熱鬧的氣氛到最

高點。

本次食品展，基金會也參與盛會。主要目的是讓優良的農特產品及安心蔬果系列產品在國人眼前做完整展示，展示規劃為七個部份：安心蔬果、有機蔬果、安心菇類、安心鮮筍、安心加工品、安心袋茶、西洋香藥草等。展出現場不但有綠竹筍試吃、有機米飯的試吃、香藥草餅乾試吃、明日葉茶試吃及安心袋茶試用包贈送，還有【你填問卷我送好禮】等活動，都吸引眾多消費者圍觀與造成供不應求的現象。

安心蔬果參與今年的食品展，主要以展示、推廣及形象為主體，會場中有很多特點，值得基金會借鏡及學習，例如：食品的包裝、商品的陳列、促銷及宣傳方式等。參展不但可以整合團隊默契，也可以提昇農、特產品的品質及多樣化的風貌，也期望為安心班員提供更多元化的行銷模式。

## 活動VCR 水土保育大家e起來 貓空茶鄉健行活動圓滿落幕

■ 邱曾城



由基金會所代管之「台北市茶研發推廣中心」為配合行政院農業委員會水土保持月，宣導水土保持之重要性！由本會所策劃舉辦之「貓空茶鄉健行活動」已於五月二十六日圓滿落幕！感謝1300多位民衆對於此次健行活動熱情支持參與。本次健行活動由捷運運動園站以接駁專車運送參加民衆前往指南宮報到出發，經大步道接茶研發推廣中心步道，健行路線蜿蜒在茶園、樹林，與翠綠溪谷之間約一個小時到達終點站—台北市茶研發推廣中心。本會為豐富健行活動內容特別邀集安心蔬果產品包括「安心姑

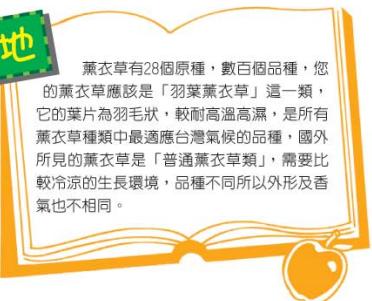
類」、「安心梅子加工品」、「安心袋茶」、「安心有機蔬果」、「安心山藥」、「安心鮮筍」、「安心蔬菜」、「安心樹梅加工品」、「西洋香藥草」等農產品的農友設置攤位，供參加民衆安心選購、品嚐；並且在茶研發推廣中心附屬之木柵水土保持戶外教室設立定點解說站，由中心義務工為水土保持戶外教室設施做詳盡介紹與解說。上午十一點參加民衆齊聚茶研發推廣中心，由行政院農業委員會水土保持局吳局長、台北市政府建設局黃局長及本會陳董事長等多位貴賓蒞臨致詞，並舉行摸彩活動後順利圓滿落幕。

**貓空茶鄉健行活動特別感謝本柵指南宮管理委員會贊助餅乾壹斤盒供參加民衆品嚐和提供場地佈置，基金會同仁及茶研發推廣中心義務工朋友們的熱情支援協助，使本次活動順利進行圓滿落幕。**

## 讀者園地

台北市張小姐來電詢問：

在花市購買的「薰衣草」開花相當茂盛，但是它的葉片及氣味卻和在國外所見的薰衣草不同？請問這種是否真的薰衣草呢？



## 蔬果小百科

■ 曾淑莉

### 楊梅 arbutus (Strawberry tree, Bayberry)

台灣桃園有個地方名為「楊梅」，而水果之中也有個小巧可愛的果子叫做「楊梅」，一般人對它可能還是相當陌生，主要還是因為楊梅本身酸酸澀澀的口感不太適合鮮食，但一提到蜜蜂

加工製品中，廣為大家所熟知的「樹莓」(台語)，可能各位看倌們的口水就不自覺的湧出。楊梅非常適合加工處理的方式，加工後的楊梅，果肉不多，但卻帶有一種特別的甘爽滋味，嚥吃蜜餞的饕客一定對此相當熟悉。

楊梅原產於大陸華中、華南、

台灣、菲律賓一帶，果肉顏色有紅、紫、白三種，省產楊梅則只有紅色果肉一種，產期多半在清明節前後，即四、五月之間，是一種產期相當短的果類。目前在台灘中、北部低海拔坡地種植較多，台北近郊的三芝、八里及陽明山等地多有

生產，今年六月九、十日兩天的「三芝楊梅情」活動，即是地區農會展現產品魅力的嘉年華盛會。若今年錯過嚐鮮機會，記得在您的備忘錄上一筆，明年嘗試到市面上選購果實色澤鮮美的楊梅，親眼目睹及品嚐它特殊的風味，或是賞棵樹形美美、葉片鮮綠有光澤的楊梅樹，放在庭院裡觀賞，也是一個不錯的選擇。



## 蔬果與捍衛心臟

前陣子受到國人矚目的一則新聞，是關於李前總統赴日本接受心血管疾病治療的消息。常見的心血管疾病有冠狀動脈心臟病、腦中風、高血壓、風濕性心臟病和先天性心臟病等，近年來以冠狀動脈硬化及阻塞性心血管疾病最為普遍，其病變的主要原因是血液中大量的脂肪堆積在血管壁內，使血管壁變厚，血管腔變窄，彈力受阻，使得供給氧氣及營養的冠狀動脈發生硬化或阻塞，最後造成嚴重的心血管疾病。

為什麼會引起脂肪在血管內所造成的硬化與阻塞呢？飲食是最重要的關鍵，因為動物性食物含有大量膽固醇及飽和脂肪酸，容易造成心血管疾病，而植物性食物不含膽固醇，且有助於降低膽固醇。近年來研究證實，天然食物中有許多對身體有益的化學成分，尤其植物性食物富含保護心臟的物質，如抗氧化劑和纖維質，只要平時多加攝取這些食物，就能達強化心臟的效果。

含抗氧化劑的食物就是含有能抵抗氧化作用物質的食物，抗氧化劑對於心臟血管的保護作用，在

於它能清除氧化自由基，使之無法將低密度脂蛋白膽固醇(LDL)轉變成有害的型態，成為阻塞動脈的原料。以下為富含抗氧化劑的種類及食物來源：

抗氧化劑	食物來源
β-胡蘿蔔素	杏桃、芒果、木瓜、南瓜、菠菜、蕃薯、綠色萵苣
維生素C	柳橙、奇異果、葡萄柚、香瓜、蕃茄、青椒、芥藍
維生素E	麥芽、葵瓜子、杏仁、核桃、腰果、花生、植物油
硒	大蒜、洋蔥、糙米、全麥麵粉、胡桃

植物中的大蒜，被科學家認定是「抗氧化劑的發電廠」，它含有數十種以上具抗氧化作用的化學成分，能有效降低肝臟所產生的膽固醇量，同時亦能降低血小板的黏度，防止血小板貼黏血管壁，可有效的預防以及治療心臟疾病，每天吃二～三瓣大蒜，不論生的、熟的，都有助於改善受損的動脈，使心臟血管年輕起來！

除此之外，食物的纖維質對身體健康也相當重

要，尤其它具有降低膽固醇的效用，可以減少罹患心臟疾病的機率。纖維質一般可分為水溶性纖維和非水溶性纖維兩類。水溶性纖維在腸道中與含有大量膽固醇成分的膽汁結合，增加糞便中膽酸、膽鹽的排泄，促進肝臟中更多膽固醇代謝轉變為膽酸，以彌補所排失的膽酸，使得人體內的膽固醇含量降低；而非水溶性纖維在紓解便祕、預防痔瘡、小腸憩室症及大腸癌等方面，具有顯著的功效。哪些食物含較多量的水溶性纖維？常見的食物有燕麥、豆莢類、甘藍菜、花椰菜、紅蘿蔔、白蘿蔔、莧菜、豌豆、香蕉、橘子及各種豆類；非水溶性纖維，則存在於小麥、五穀的穎皮、米糠、蔬菜及水果等食物中。

由此可見，蔬菜、水果及其他植物性食物是自然界中保護心臟的最佳食品，一天的飲食中選擇吃二份水果及三碟蔬菜，加上時常搭配不同的食物種類，就能輕輕鬆鬆達到“捍衛心臟”的效果！

(本文諮詢顧問為趙思姿營養師)

## 妙用無窮西洋香藥草

■ 吳兆祥

下

### 香蜂草 | Lemon Balm

香蜂草是原產在地中海周邊的多年生草本植物，高度可達1公尺，初夏時盛開白色或粉紅色小花，對蜜蜂具有很大的吸引力，歐洲養蜂人常在蜂箱上塗抹香蜂草來吸引蜜蜂。香蜂草的屬名在希臘文中就是蜜蜂的意思。

香蜂草的莖葉帶著迷人的檸檬清香，具有安定神經的功能，早期歐洲醫生常用它來治療斯底里和憂鬱症，配合薄荷或西洋甘菊做為花茶飲用，效果尤其顯著。

顏色清爽的翠綠葉片，用在沙拉、西點或香草料理上，不但可以促進食慾，還有幫助消化的功能。

### 西洋甘菊 | Chamomile

西洋甘菊帶有成熟蘋果般的甜美香味，所以希臘人稱它為「地上的蘋果」，這種香味據說有安撫情緒和消除疲勞的功能。

西洋甘菊是一個通稱，常見的種類有德國甘菊和羅馬甘菊，兩者外型相似，也都開白花黃心的小菊花，差異在於德國甘菊是一年生草花，味道甘甜，最常用於花茶，而羅馬甘菊是多年生草，泡茶時略帶苦味，較常用於香草庭園做為草皮，走在上面，清香撲鼻而來，別具情趣。

另外還有一種開黃花的春黃菊，花朵可以用來做為天然的黃色染料，常常用於手工藝品上。

### 鼠尾草 | Sage

歐洲有一具古諺：「庭園裡種了鼠尾草的人，想不長壽也難」。鼠尾草在歐洲長期以來就被認為有延年益壽和抵抗瘟疫的功用，廣泛使用在各種疾病的治療上。

鼠尾草不但被視為治病的萬靈藥，也是歐式料理中不可或缺的香料。它的香味雖然不顯著，甚至還帶點奇怪的異味，但卻可以分解脂肪和消除肉類中的腥羶味，所以經常使用

在香腸和漢堡肉中。

鼠尾草有個近親叫快樂鼠尾草

(Clary Sage)，

它的精油中

含有香草

和樹脂

的混合

香味，

會使人

情緒高

昂，是

男性香水

中的高級原

料。

### 薄荷 | Mint

薄荷是世界上使用最普遍，也是最廣泛受到喜愛的香藥草種類。它的香氣中帶著一股清涼的感覺，令人感

到香氣和漢堡肉中。

鼠尾草有個近親叫快樂鼠尾草

(Clary Sage)，

它的精油中

含有香草

和樹脂

的混合

香味，

會使人

情緒高

昂，是

男性香水

中的高級原

料。

薄荷的種類很多，據估計有多達六百個以上的品種，大致可以分為東方型和西方型兩大類別，東方型薄荷如原產中國的薄荷和日本薄荷，含有較多的薄荷腦成份，刺激性較強，通常只用為藥品。西方型薄荷中以辣薄荷(Peppermint)和綠薄荷(Spearmint)最具代表性，它們的精油中含有一種清香的香芹酮成份，適合作為花茶、料理和食品香料。綠薄荷又叫留蘭香，常吃口香糖的人，對它的味道是再熟悉不過了。

**田園詩賞**

田園樂 唐 王維

鹿鳴山客猶眠

桃紅復含宿雨  
柳綠更帶春煙  
興亡家境未掃  
落花人倍增愁

註解  
開在那裡的紅色的桃花，還含著隔天的雨，綠色的楊柳隱約帶著春霧。院子裡的落花像還沒掃去，黃鶯不斷的啼叫，可是住在山上的客人卻還在睡覺。

陳達手書



## 號外!!「安心蔬果系列」 .....奇接梨產季到了!

■ 林宗慶

寄接梨(高接梨)即將於六月正式進入產期，本會輔導的安心寄接梨主要產地為台中縣東勢的東勢有機農法研究班及台北縣八里觀光果園，栽培面積約12公頃，主要品種有：新世紀梨、蜜雪梨、幸水梨、豐水梨及新興梨，產季分別由六月至八月左右。

梨(Pear)屬薔薇科(Rosaceae)植物，為世界性的水果，梨分兩大類，即中國梨(東方梨)與西洋梨(又稱洋梨) *Pyru communis L.*。西洋梨主要栽培於歐洲與北美一帶的溫帶地區，東方梨主要以中國大陸、日本、韓國為主。而臺灣的梨主要栽培為東方梨之中的沙梨(*P. pyrifolia Nakai*)品種，栽培品系可分為兩類：一為高冷性品系，如新世紀、二十世紀、幸水、豐水、新興梨等品種，需種植於高海拔山區，才能正常萌芽、開花、結果、品質佳且價位高；另一為低冷性品

系，如橫山梨、鳥梨等，在低海拔地區就正常開花結果，但果實石細胞較多，品質較差，口感也不是很好，較無商品競爭力。近二十多年來，由於生產技術的改良，農民多利用所栽培之橫山梨上的徒長枝條，寄接(高接)高品質之溫帶梨的梨穗，以此方式來生產溫帶梨，以提高橫山梨之經濟效益，其品質也頗受消費者的喜愛。

目前台灣地區農民操作寄接(高接)梨的簡易流程為：



### 「梨」的特性

梨口味甘甜，微酸，性涼富含水分約85%，鮮果生津止渴，滋養潤肺，止咳化痰，平時吃多燥熱性食物，體內火氣高升，口乾舌燥，可打汁或切片食用，清甜美味，並有清熱降火之功效，其營養成份(100公克)為：熱量61kcal、蛋白質0.6g、脂肪0.5g、醣類15.4g、膳食纖維2.5g、維生素8mg。此外，國人探訪送禮的習俗一般也多贈送以高品質的「梨」較為體面，所以是一種非常值得國人消費的水果之一。

### 安心高接梨(寄接梨)服務電話：

八里觀光果園	Tel: 02-2618-3687
周清章班長	0935-738-068
產品：蜜雪梨、幸水梨、豐水梨	
東勢有機農法研究班	Tel: 04-2587-1333
羅吉森班長	0936-292-108
產品：新世紀梨、幸水梨、豐水梨和新興梨	

購買優良安心寄接梨產品，可使農民更具永續經營之信心，並生產品質優良之安心產品，並且嚴格的控制品質與保鮮，以確保消費者和農友的權益，再直接運輸至各大超級市場銷售，希望能提供品質最好，最新鮮的蔬果給消費大眾，讓您買的放心、吃的安心。

### 寄接(高接)品種簡介：

#### 1. 新世紀

果皮為黃綠色，果斑細小不明顯，果實偏圓形，果肉白色，果心大，甜脆多汁，糖度高約12度產季為5~6月。

#### 2. 幸水梨

果皮為淺褐色有果斑，果實圓球型微扁，果肉白色細膩爽口，果心較小，糖度高約14度，是品質最佳的水梨，但不易儲藏，產季為5~6月。

#### 3. 豐水梨

果皮為淺褐色有果斑，果實圓球型，果肉白色細膩爽口，果心較大，汁多清脆，糖度高約12度，最耐冷藏，可達數月，也是市面上最為普遍的高接梨品種，產季為7~8月。

#### 4. 新興梨

果皮為土褐色有明顯果斑，果實為高球型，果肉白色較粗，果心大，汁多清脆，糖度高約12度，最耐冷藏，可達數月，也是市面上最為普遍的高接梨品種，產季為7~8月。

### 參考資料：

康有德	1992	水果與果樹	黎文化事業公司
廖敏卿	1985	台灣水果集	家庭園藝叢書1
薛聰賢	1990	蔬香果樂	農學社

日期	時間	地點	名額	主題	自繳費用
七月七日至八日 (週六、日)	上午10:00到翌日 上午12:00  ☆本活動需熬夜製茶，請考量個人健康狀況參加！	老泉里木柵農會糧倉	40名	『2001親一夏台北木柵茶葉節』(一) 跟著指導茶師完成製茶過程每一步驟 帶著自己做的茶葉回家。	新台幣1500元
七月七日(週六)	上午10:00到觀賞晚會	台北市茶研發推廣中心健行 到老泉里木柵農會糧倉	100名	『2001親一夏台北木柵茶葉節』(二) 綠竹筍園參觀(生態、採收解說)…… 健行前往參觀製茶及觀賞晚會後解散。	新台幣500元
七月二十一日(週六)	上午10:00到12:00	台北市茶研發推廣中心	90名	台灣特色茶之介紹	不收費
八月四日(週六)	上午10:00到12:00	台北市茶研發推廣中心	90名	認識茶葉品質	不收費
八月十一日(週六)	上午10:00到12:00	台北市茶研發推廣中心	90名	如何選購茶葉	不收費
九月八日(週六)	上午10:00到12:00	台北市茶研發推廣中心	50名	比賽茶之介紹及品評(一)	不收費
九月二十二日(週六)	上午10:00到12:00	台北市茶研發推廣中心	50名	比賽茶之介紹及品評(二)	不收費
八月二十五日至八月二十六日(週六、日)	上午10:00到翌日 上午12:00  ☆本活動需熬夜製茶，請考量個人健康狀況參加！	台北市茶研發推廣中心	40名	『製茶體驗營活動』 聽完製茶原理講座後，…… 跟著指導茶師完成製茶過程每一步驟…… 帶著自己做的茶葉回家。	新台幣1500元

◆ 報名表：(請自行放大後傳真)

參加活動： <input type="checkbox"/> 『2001親一夏台北木柵茶葉節』(一)	
<input type="checkbox"/> 『2001親一夏台北木柵茶葉節』(二)	
<input type="checkbox"/> 台灣特色茶之介紹 <input type="checkbox"/> 認識茶葉品質 <input type="checkbox"/> 如何選購茶葉	
<input type="checkbox"/> 比賽茶之介紹及品評(一) <input type="checkbox"/> 比賽茶之介紹及品評(二)	
<input type="checkbox"/> 『製茶體驗營活動』	

姓名：\_\_\_\_\_ 性別： 男 女

出生日期： 年 月 日 身分證字號：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

聯絡地址：\_\_\_\_\_

### 安心產品上市預告(7~9月)

產品	產地	訂貨專線	產品	產地	訂貨專線
綠竹筍	八里	(02) 2610-2996 陳致逸	水梨	東勢	(04) 2587-1333 羅吉森
士林	士林	(02) 2841-3290 張盛玄	五股	五股	(02) 2292-2439 吳永田

為能服務更多讀者，充分利用資源，如果您的地址有所變更，或同一地址收到一份以上的會訊，亦或有將您的姓名、地址打錯，麻煩您以傳真通知我們，以利資料庫修改。謝謝！

FAX: (02) 2394-2591

### 編者的話：