

# 瑠公圳

農業產銷會訊  
Liu-Kung Agriculture Foundation

雙月刊

第 59 期  
中華民國九十九年五月一日



名 詞 貼 處

國內郵資已付  
監察院郵局  
許可證  
北台字第 16174 號  
台灣郵政北台字第 7110 號  
執照登記為雜誌文寄

●本刊圖文，未經同意不得轉載！

創刊 中華民國八十九年九月一日  
發行所 財團法人台北市瑠公農業產銷基金會

會址：100台北市忠孝東路一段10號

發行人 陳瑞卿  
編輯小組 李宗興、林濟民、陳如舜、吳昭祥、孔繁慧、李詔綠、曾淑莉、黃黃綠  
網址：[www.liukung.org.tw](http://www.liukung.org.tw) 電子信箱：[liukung@ms9.hinet.net](mailto:liukung@ms9.hinet.net)

## 走入人文 |

台北人或多或少都聽過「瑠公圳」，但幾乎都是片段、零碎的印象。今年是瑠公圳開鑿二七〇年的紀念，漫長的歲月，從清乾隆時期到民國的今天，世代交替、都市變遷，也跟著牽動了圳路的樣貌，這條紀錄著台北盆地發展史的圳路，到底循著什麼樣的脈絡在不斷的蛻變？



▲ 古圳路圖

## 灌溉良田、發展農業的供水大圳

這是一條早期台北盆地農業發展相當重要的圳路。從新店溪到松山地區，長達20多公里。

何以稱為「瑠公圳」？因為這條圳路是郭錫瑠先生變賣家產、排除萬難、引水建埠、終其一生，繼而由其長子郭元芳繼承父志完成的灌溉水路，不僅造福了大台北盆地，也是早期台北盆地能夠迅速發展開發的重要灌溉設施。

郭錫瑠先生字天錫，福建省南靖縣人，生於清康熙四十四年（西元一七〇五年）十二月二十五日。幼時隨父親渡海來台，定居彰化，從事開墾。乾隆元年（西元一七三六年）北上，在中壢落腳，從事興雅庄（現今五分埔附近）等地開墾，由於當時水源缺乏，決定興建水利事業，勘察地勢，探尋水源。

乾隆五年，開圳建埠，導青潭及新店溪水灌溉農田。歷經千辛萬苦，克服了原住民的抗爭及天然障礙，在地方人士的支援下，終於完成一條灌溉台北地區農田的供水大圳，使得旱澆無慮，五穀豐登。

為了感念郭錫瑠先生的豐功偉績，後人將這條圳路稱之為「瑠公圳」。

# 瑠公圳

## 270 載的記憶

■ 曾淑莉

### 覆蓋在筆直柏油大道下

許多圳路在車水馬龍的柏油路下，沈寂走過漫長歲月。

老一輩的台北人，常說早期圳水清澈、魚蝦悠游、河川兩旁楊柳低垂，風光明媚，漫步其間很是愜意。隨著都市化進展及農地消失，大多數圳道不是被加蓋成馬路，就是填平成為建築用地，已被埋沒於道路或房舍水泥層塊下，少部份倖存舊圳多淪為污水排放管道，不復原有的兩岸垂柳的景致，也退下了原有的灌溉功能。

### 尋回都市的河

這幾年，氣候異常，台北盆地常常在盛夏飄到39°C或40°C的高溫，盆地地形散熱不易，很多人開始思考如果原先流經大台北的瑠公圳路還存在，那麼這些夾帶水氣的綠帶不就成了最天然的調溫設備。

是的，許多國家的首都皆不乏知名的河流貫穿，例如英國倫敦的泰晤士河、法國巴黎塞納河、奧地利維也納的多瑙河，都豐富了這些城市的水岸景觀及生態，注入柔美的生命魅力。鄰近的韓國首爾，不也是因為清溪川的整治，還給都會區一個緩慢悠閒的空間而令人讚嘆。



▲ 都市環境的親水空間極具休憩功能



▲ 位於韓國首爾的清溪川

### 新店市碧潭風景區入口空間再造

為了找回都市水岸的空間記憶，瑠公農田水利會與台北縣政府城鄉發展局聯手打造連結碧潭之瑠公圳頭及其水系沿線的親水空間，積極規劃總長度3.8公里圳道整治工作，並自96年6月起分5區段施工，預定101年底完成整個圳道生態復原與重現周邊迷人景觀。首段工程已於今年元月完工，並於2月7日下午2時舉行完工啟用典禮。讓不復灌溉農田的圳路重現風華、源遠流長，營造優質的縣民生活區間。

瑠公圳，曾經匯集了農業用水、民生用水、排水等重要功能，如今，風生水起楊柳飄，成了斑駁歷史的回憶，但台北盆地如果有一條美麗的河水蜿蜒過市，何其詩意！城市的美渾然天成，這是多麼令人稱羨的都市環境，無與倫比的美麗！

### 歷史說書

瑠公圳興建，主要目的是要讓台北盆地中壢以來的「看天田」獲得穩定水源。由今日新店青潭溪、龜山引水經大坪林、景美、公館到達台北，又稱合川圳，流經大坪林段也稱大坪林圳。瑠公圳實際上是整合兩大水圳及埤塘系統的統稱，除瑠公圳本身系統外，另一為霧裡薛圳系統。霧裡薛圳是台北市最早的大型水利系統，霧裡薛溪即今日的景美溪，是原住民對景美溪的稱呼；霧裡薛圳早在雍正年間即闢建，而景美這個地名是由「棍尾」演變，「棍尾」因瑠公圳遇霧裡薛溪架設水閥而得名。1930年代，台灣總督府大興土木整建台北市水利及排水設施，在今新生南、北路口興築一條「特1號排水溝」，這條特1號排水溝其實並不是瑠公圳的圳路，只是一般人誤稱它為瑠公圳。



▲ 古今對照：上圖為舊取水口。  
下圖為目前位於新店碧潭的引水原址。



▲ 新店地區的圳路保留最為完整

特別企畫 |

# 甘諸古今談

■吳昭祥

還記得在我小時候，地瓜籜（籤）飯是鄉下農家的主食，番薯葉是餵豬用的豬菜，曾幾何時，市面上越來越多香味四溢的烤番薯專賣店，地瓜葉也成了餐館裡的熱門青菜，從「窮人養肚皮食物」搖身一變成為「富人養身食品」，身價自然也今非昔比。



▲ 俗稱地瓜的甘諸愈來愈受到養生人士的喜愛

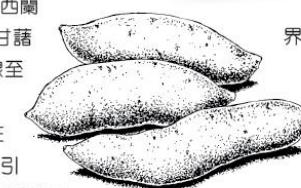
## 來自美洲的甘諸

甘諸起源於美洲的祕魯、厄瓜多爾和墨西哥一帶，一般認為是哥倫布1492年發現新大陸後帶回西班牙，以後才陸續傳入亞洲和非洲各地。不過也有考證發現，南太平洋的波里尼西亞人和紐西蘭的毛利人更早就曾栽培甘諸做為主食，這個傳播路線至今仍然是一個謎團。

中國的甘諸據說是在十六世紀末由菲律賓偷偷引入的，正好也在接下來的福建旱災中立下大功。至於台灣，雖然有記載說1661年鄭成功來到時，島上尚無甘諸，但其實應該是早在荷蘭和西班牙殖民時間就曾引進了。

## 甘諸的生產版圖

甘諸栽培主要分布在熱帶和亞熱帶地區，亞洲最多，非洲次之，原產地美洲反落到第三。根據聯合國糧農組織2008年的統計年報，全世界的甘諸產量約一億一千萬公噸，其中單是中國的產量就高達八千五百萬公噸，將近全世界產量的80%，成了不折不扣的甘諸大國。甘諸是大陸第四大糧食作物，僅次於水稻、小麥和玉米，在世



▲ 葉用甘諸園

界糧食生產中則排第七，但專家預計本世紀將會爬升到第五。

臺灣人雖然愛吃甘諸，不過年產量才二十萬多公噸，顯然吃甘諸的功力還有待加強。

## 甘諸還是甘薯？

### 番薯還是甘薯？還是蕃薯？

甘諸一般也稱作番薯，諸字中文也寫成薯，番字也寫成薯，雖然都是一樣的意思，但排列組合起來就令人眼花撩亂。現在台灣官方的正式寫法是甘諸，大陸則用甘薯。在中國引進甘薯之前，薯指的是薯蕷，也就現在俗稱的山藥，山藥種類中也有稱作甘薯者，所以理論上番薯是比較貼切的名稱。在台灣通常也稱作地瓜，但在大陸地瓜指的多半是豆薯。

在這篇文章裡我把多種名稱綜合使用，自己都快搞昏頭了。

## 一斤甘諸三斤屎

甘諸中富含澱粉醣類、蛋白質、維生素、礦物質等營養成分，膳食纖維含量也很高，相當符合現代人「高纖低脂」的養生飲食需求。膳食纖維可以刺激腸道蠕動，促進通便，所以有句俗語就叫做「一斤甘諸三斤屎」，雖然粗俗，卻相當貼切。甘諸中還含一種特殊的黏蛋白，可以防止血管中的脂肪沉積，減少動脈硬化的發生。

地瓜葉，也就是甘薯的嫩莖葉，早年俗稱過溝菜，由於風味不佳，原本是上不了檯面的葉菜，用來餵豬的



▲ 蜜甘藷



▲ 廈門銷售的「燒地瓜」香甜誘人



▲ 葉用甘諸園

比給人吃的還多。不過現代科學分析已經證實地瓜葉的營養成分極為豐富，有長壽菜的美譽，農業改良場也育成專供葉用的品種，口感更好。

## 芋仔番薯

台灣島的形狀酷似長條番薯，所以早年台灣人常自稱是番薯，外省人就被當成芋仔，如今這種省籍隔閡已經逐漸淡化了，而且說真的，番薯來自美洲，芋頭來自熱帶亞洲，其實都是外來作物。

番薯品種中有一種芋仔番薯，諸肉是紫色的，常讓人誤以為是番薯和芋頭的種族融合，其實它的正式名稱叫做紫心甘諸，除了顏色外，和芋頭毫無關係。芋仔番薯（見右圖）雖然很受歡迎，但對土壤的選擇較嚴苛，產量不高，所以在市場上比較少見。



▲ 五彩甘諸葉

## 窯烤番薯最香甜

休閒農場裡的番薯窯是最受歡迎的活動之一，用稻草灰燼餘溫燙熟的番薯，表皮會滲出黏稠的糖液，令人看了就垂涎欲滴。

番薯的糖分含量在糧食作物中算是比較高的，而在烘烤過程中，溫度剛開始上升時，細胞裡頭的澱粉水解酵素還會發揮作用，繼續把澱粉分解成麥芽糖，直到高溫破壞酵素活性為止。所以慢火燒烤的番薯，就有更長時間產生糖分，這也就是窯烤番薯最香甜的原因。



▲ 南投竹山是甘諸的主要產地之一

精彩活動 |

# 幸福發芽 小旅行

■ 曾淑莉

搭號召了一群熱愛鄉野探訪的朋友，浩浩蕩蕩的兩梯次人馬進入苗栗的客家山村，來一趟尋幽訪勝的旅程。苗栗南庄、獅潭兩個鄉鎮就收納在此行的行腳，春天的苗栗山村迎接了我們的到來！

## 南庄行腳

進入苗栗南庄，就被滿山的綠、瀰漫的流水、詩意的雲霧塞滿了眼前的目光。其實，欣賞南庄的美似乎並不與好天氣劃上等號：微濕的陰雨天，雲霧飄渺中的山巒翠，更有另一番風情。

蓬萊溪護魚步道，是當地鄉公所為了生態環境所做的努力。過度的捕殺，溪裡的魚總會枯竭，留下的只是空洞的河道與沒有生命的自然景觀。90年至今的封溪護魚行動，讓這裡豐富的魚類能夠悠游、不受干擾。阿光老師帶領著一行人沿著步道緩緩前進，欣賞河岸兩旁景致及溪裡的魚群，精彩幽默的解說，註記了蓬萊溪的旅遊印記。



進入桂花巷前的洗衫坑

變化，草莓的開花很不穩定、花量也不多、產期也相對縮短在三月底就已經接近尾聲。我們貼心地事先預訂了每人一盒的大顆粒草莓讓大家帶回，卻也有不少人加碼選購，為農家多了一筆收益。來到這兒，讓大家趁機瞭解一個管理良好、注重安全生產的草莓園，如何在產量與品質的拿捏做到最好。親自嘗鮮之餘，又多了聰明選購的好技巧。

## 另一種地方方言的曲調——客家歌謡

出發前，為了事先整理出一本活動手冊，在浩瀚網海瀏覽相關網站及部落格，被一曲客家歌謡的清柔定了格，隨即有了尋找一系列的客家曲調來呼應活動氛圍的靈感。這另一種地方曲調遂成了巴士行進之間的配樂，曲調清新，特別是邱幸儀所演唱的「月光光」，那種在柔美月光下聽著阿婆（客家人對奶奶的稱呼）訴說古早故事的情境，溫馨又動人！



桂花巷裡的開懷合影

## 幸福後記

鮮綠圓的草莓，氣味芳香、酸甜誘人，小顆粒的草莓適合製作果醬。當草莓、原色冰糖、檸檬汁混和在爐上小火熬煮，空氣中飄散的迷人味道，在春日暖陽的午後，更覺幸福的好味道！



## 料理小筆記

■ 曾淑莉

### 杏鮑菇三杯花生芽

材 料：杏鮑菇數朵、花生芽100g、豌豆夾紅蘿蔔、薑片

作 法：

- 杏鮑菇切滾刀、紅蘿蔔切片狀。
- 薑片爆香、杏鮑菇下鍋拌炒，加點水，防燒焦。
- 加入紅蘿蔔、花生芽、豌豆夾。
- 最後加入少許蠔油膏或蠔油拌勻，即可起鍋。



### 苣菜手捲

材 料：苜蓿芽、全麥餅皮（海苔片）、葡萄乾蜜蘋果條、紅蘿蔔絲、豌豆苗

調味料：五穀粉、沙拉醬、黃豆香鬆

作 法：

- 將全麥餅皮略蒸軟或平底鍋乾煎軟備用。
- 取一片餅皮鋪上苜蓿芽、紅蘿蔔絲、蘋果條、葡萄乾、撒上五穀粉、擠少許沙拉（美乃滋），再鋪上豌豆苗、黃豆香鬆，最後鋪上苜蓿芽。
- 整個捲起來，如包壽司般緊實，對切成兩捲，就完成了。



### 食材註解：

花生芽是百壽有機芽菜農場的特色商品，孵芽技術及難度相當高，所有的花生都是台灣在地生產的新鮮貨，沒有黃麴毒素的問題。發芽後的花生更適合人體消化吸收，所含「白藜蘆醇」含量比紅酒還高出十到一百倍。具有抗老化、抗癌及預防心血管疾病的功能。

如果你以為花生發芽會產生黃麴毒素，那就錯了！嘉義大學生命科學院院長邱義源：「會發芽的花生，其實是不會有黃麴毒素的，因為黃麴毒素感染過的花生，幾乎都不會發芽。」



照片拍攝／百壽有機芽菜農場 邱茹萍  
豆芽千金部落格／<http://www.wretch.cc/blog/taiwanyaya88>

■ 林宗慶

# 帝王芭樂



**芭**樂，這個本土化的水果在台灣非常普遍，相信大家一定都品嘗過它的美味。不過，芭樂在什麼時候傳入台灣？知道的人就不多了，在介紹我們的主題「帝王芭樂」之前，我們就先來談談芭樂的歷史。

芭樂正式的名稱為「番石榴」，學名：*Psidium guajava*，英名：*Guava*，屬於桃金鑲科，別名為拔仔、芭樂、那拔仔…。原產地為中南美洲，起初由歐洲人將它帶到歐洲大陸，之後再跟著歐洲海權時代的擴張，先傳到亞洲的南洋及印度等地後，再慢慢延伸到中國的南部沿海地區，最後在鄭成功擊退荷蘭人的時候傳到台灣。

芭樂植株開白色花，通常生於枝條新梢，果形種類多，有球形、橢圓形及洋梨形等等。因種類不同，果實大小差異很大。果皮表面略為凹凸不平，普遍為綠色，另外還有紅、黃色澤的黑色。果肉則有白色、紅色、黃色等。芭樂營養成分豐富，依據「行政院衛生署——台灣地區食品營養成分資料庫」的數據顯示，芭樂每百公克熱量為38kcal，維生素C為81mg、膳食纖維3mg以及維生素A、B群、鉀、鎂、磷等營養素。

由於芭樂口感好、滋味佳、栽培較容易，且幾乎全年皆可採果，這也成就它變成本土化的水果，但也使得它的價格相對的便宜。改良場為提高農民收益，著手培育新品種，民國78年發表了「珍珠芭樂」，珍珠芭樂變成當今主要的商品品種。

帝王芭樂，目前主要產地在高雄縣大社鄉，而主要的推手為劉建明班長。劉建明班長於87年在農委會及農會的輔導下，

成立「大社鄉果樹產銷班第9班」，利用芭樂重量分級機進行產品分級，成為全國第一個將芭樂分級包裝的產銷班。因這樣的分級措施使得銷售屢創佳績，因此吸引許多國



▲ 帝王芭樂品牌包裝

## 活動快訊

### 米食料理 壽司



壽司是常見的日本料理，不但方便攜帶、又能帶來飽足感，非常適合郊遊野餐或者朋友聚會之簡單餐點。本次單元講座即以壽司教學為主題，讓你在家也可以輕鬆製作美味的壽司！！

課程將邀請張瑞文老師指導，張老師畢業於日本新宿調理師專門學校，任職於高職飲食科講師。上課內容包含如何煮壽司飯、材料的準備與調理，現場示範三種壽司：海苔正捲壽司、海苔反捲壽司及稻荷壽司，並分別請學員品嘗。歡迎有興趣參加者，儘早報名，以免向隅！

◎報名費用：每場次400元

◎上課地點：本會三樓會議室（台北市忠孝東路一段10號）

◎報名電話：請利用辦公時間洽詢，上午9:00~12:00 下午14:00~17:00

02-2394-5029 吳敏芳或許翁蘭小姐

◎報名方式：1. 請座預定辦理三場次，每場次32人，未滿25人將擇不開班或併班。

2. 參加者，請先以電話確認、報名一三天內，將填妥報名表、劃撥收據傳真至2394-2591。

3. 報名繳費後，概不受理退費；活動通知單於活動前一週寄出。

#### 報名表

姓名	會員編號
聯絡電話	日： 行動電話：
通訊地址	□□□□
參加場次	<input type="checkbox"/> 第一場次 99年5月21日（星期五）14:00~16:00 <input type="checkbox"/> 第二場次 99年5月26日（星期三）14:00~16:00 <input type="checkbox"/> 第三場次 99年5月27日（星期四）14:00~16:00
郵政劃撥帳號：19454231 戶名：財團法人台北市瑞公農業產銷基金會（郵政劃撥收據點貼處）	

（請手寫或影印放大此表格填寫）

內外生產芭樂的團體前來觀摩，在民國88年更被高雄區農業改良場評選為「番石榴產業整合示範班」，每年配合改良場舉辦芭樂講習課程，躍升為南台灣的芭樂專家。除此之外，94—95年本會受行政院農業委員會委託執行農產品生產履歷管理資訊計畫，該班被評選為產銷履歷重點示範班，期間配合度高，參加名講習訓練課程，生產履歷資料也完全照實上傳，可說是履歷示範的模範生。

劉班長在民國86年自鳳山試驗所取得「帝王芭樂（台農1號）」枝條，待四年摸索特性、完成栽培後，便於產銷班內部逐步推廣改種帝王芭樂。帝王芭樂除具備高品質、高產量的特點之外，肉質細膩、味道香、果型大、果肉厚實、口感清脆、果實糖酸比高，糖度可達13° Brix（度）以上。此外，帝王芭樂優於珍珠芭樂的特點在於夏季耐貯存，貯藏1星期以上仍保有清脆的口感。



劉建明班長

帝王芭樂的銷售管道分別為精品及量版，精品禮盒以大社鄉國產品牌水果「綠園緣」為品牌。劉班長對產品的品質要求嚴格，重視產品的控管，產品包裝分別為5台斤禮盒、20台斤箱裝、3+1禮盒（共20台斤），消費者可在大社鄉農會超市購買或直接跟班長電話訂購。



● 農會附設生鮮超市

Tel 07-351-6914 07-354-1424

● 大社鄉果樹產銷班第9班 劉建明班長

Mobile 0936-255-676 Fax 07-353-9819

## 農業講古

### 端午粽



陳達

農諺有云：「五月節粽沒吃，破裘不願放」，在農村社會裡過端午節一定要吃粽子，一方面藉機打打牙祭，另一方面也祭拜神明、祖先祈求保佑平安。然而春天來臨天氣多變，直到端午節過後，才能把身上穿的破外套收起來。早年冬季比現今冷很多，擁有一件厚外套裹身，是大多數人夢寐以求的願望。但穿破了無力買新的，只能加上補綻，成為名符其實的破裘。

以前在端午節，我們家會綁兩種粽子，鹹粽和鹹粽。綁鹹粽之前要準備竹葉、棕繩（蘆葦）、鹹粉、圓糯米。竹葉泡水洗淨、棕繩放在水桶內浸軟、圓糯米泡水（約需4、5小時）瀝乾，倒入陶或瓷的容器加入鹹粉，充分拌勻就可開始包粽。粽包內的米只能有7、8分滿，繩子也不能綁太緊，通常一串綁30~35個，全部綁好後放入大鍋煮，約需3小時左右。媽媽在不确定煮好與否之前，會先撈一個打開，察看是否熟透。煮好後撈起掛在通風的地方去除水分。

鹹粽的材料、作法與炒油飯相近，把配料包括小蝦米、紅蔥頭末、長糯米一起炒到約9分熟（另一種作法將泡好的糯米放入蒸籠【或蒸桶】蒸熟，倒在大盆內和炒好的配料拌勻）。內餡則先燒好豬肉塊、香菇塊、芋頭塊等等。包粽時和鹹粽不同的是包在粽內的米和餡要飽滿，繩子也要綁緊。包好後放在蒸籠內蒸熟，這就是北部農村普遍的作法。我們家包粽的竹葉，除買乾葉外，有時候也到鄰居的麻竹園採鮮竹葉，或到後山割月桃葉替代竹葉。棕繩則靠我父親自己做，因為父親有一塊田種蘆葦，家裡全年都有乾蘆葦可用。取約4尺長的草加水泡軟後，每束用40根，從中段到尾端分兩股以手掌搓成草繩狀，然後往回繞留一拳頭大的小圓圈打死結後，把兩端剪齊就可用了。以前沒有冰箱，包好的鹹粽要在2、3天內吃完，不然會壞掉；鹹粽則可吃上一個星期以上，小孩吃鹹粽，通常有砂糖沾著吃，大人就不用糖。

南部農村的作法稱作南部粽，是以水煮代替蒸籠蒸，糯米與配料爆香略炒過，拌入煮好的花生顆粒做為外皮，加內餡包綁後放入鍋裡，以大火煮約一個多小時到兩小時才能煮透。也有一種稱為裸粽，前面步驟與包大湯圓相似，糯米磨漿、壓乾、取兩片煮熟，其餘粉碎、加入煮熟部分揉成裸糰，包裹內餡，綁在粽葉裡成型，同樣以水煮熟。以上是筆者小時候觀看母親做的過程，有興趣的朋友不妨試著做做看。