

柳橙 · 棗子 · 薯蕷 · 胡蘿蔔

新鮮
上市

蔬菜類

1. 中部胡蘿蔔

本省最主要的胡蘿蔔產地在台南縣的沿海鄉鎮，尤其是將軍鄉一帶。中部的彰化、雲林為本省主要的消費性蔬菜產地，這裡的胡蘿蔔產量約近於台南地區的半數。這裡的產品比台南早了好一段時間，通常7月下旬就可陸續上市，產品的特色在於幼嫩。由於品種略有不同，形狀亦有些差異，南部產大多為肥大長三角形，中部產品則多為長條形。且因採取現收現上市，通常帶有一段殘葉柄，看起來也新鮮一些，食用風味確實也嫩一些。選購時，以潔淨，無分歧枝有為佳。



大心菜採收 寧雅 攝)

2. 雙溪薯蕷

對於省內消費者來說，大多數人不知道薯蕷為何物；但如說是山藥，想來很多人就會知道了，中藥店裡多的是，而且還相當便宜。說來好玩，省產的薯蕷數量不多，乾製後的山藥片大多不是本地產，而是由大陸進口。市面上的鮮貨供應，大部份是由日本冷藏進口，只有少數是本地產品。每年秋末冬初，本省東北角台北縣的雙溪鄉，栽培薯蕷正好上市，品質非常好，售價頗高，沒有乾製的必要。正應驗本省的一句俗諺：「生食都不夠，那還能曬乾」。鮮薯蕷表皮被有濃密



中部胡蘿蔔現採現上市，較新鮮。

根鬚，而由於每一枝都很長，上市時大致上切為一尺許長，以其切片細緻、多汁者為佳。

3. 大心菜

芥菜雖然不是發源於我國，食用芥菜卻是我國的特色，尤其是培育出專門食用其肥大長條的莖部，而為省內消費者特別鍾愛的大心菜，本省稱為「菜心」。每到歲尾，中南部菜園，就有大心菜上市。雖然有一層硬而厚的外皮，但剝撕並不頂麻煩，有時還能要求菜販代為處理。剝除外皮後的嫩心，可以炒來做菜，可

以切片做湯，也可以直接作泡菜材料。而如匠心獨具，用醬料醃製，這就得帶外殼才好，食用風味別具一格。

現階段選購大心菜，只要潔淨就好。等過了冬天，就得提防買到老化的產品了。

4. 美珍玉米

好久以前，省產玉米都是黃白色米粒的普通玉米，有些硬，不怎麼甜。後來，甜玉米也引進本省，於是黃色的、軟質的、帶有甜度的甜玉米，幾乎占掉了食用玉米的市場，普通玉米較少見

到。近年來，消費者的胃口有點轉向，也有點復古，農業研究機構也發現這種需求，遂加以研發，培育出一種不同的品種，稱為美珍玉米，其米粒為白色，甜度不怎麼樣，也不是軟質的，可是咀嚼時的口感特別好。柔柔的，實實在在的，就像是糯米飯一樣的。由於新品種問市不久，還少有大面積栽培。10月中旬以來，楊梅地區有些農家栽培上市，不妨嚐嚐。

水果類

1. 柳橙

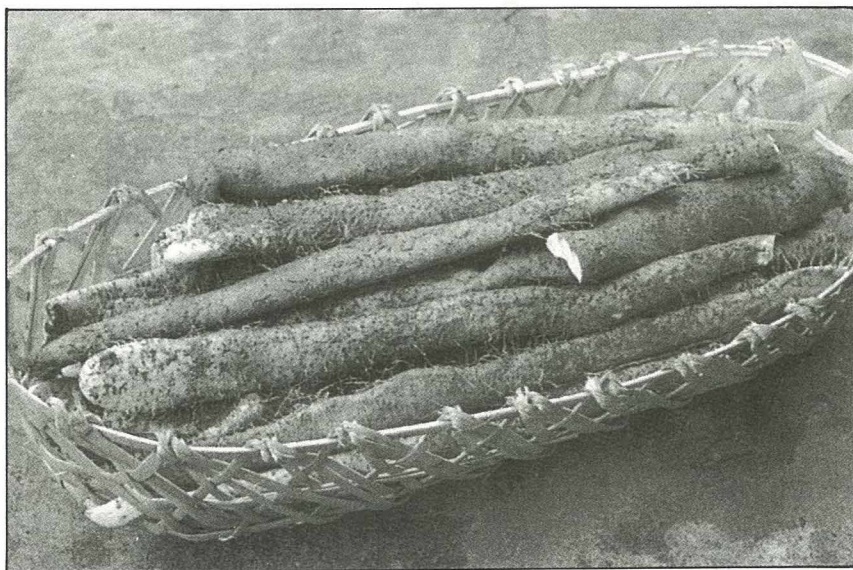
今年5~6月間的一場豪雨，以及隨後的長期艷陽天，帶給柑橘類一個絕佳的生長環境。產量既多，品質又好，10月份已步入盛產期，市面上到處可見，價格也還可以接受，以家庭消費來說，鮮食固然是大宗，榨汁飲用也無不可。只是，如有一時飲用不完的純汁，應放置冰箱中，且以兩三天內食完為宜。選購柳橙，與色相無關，應以皮軟心硬者為佳。

2. 高雄棗子

本省棗子的大本營在高雄縣燕巢、大社、崗山一帶，11月開始上市，產品形形色色，大小和樣子各有不同。這是因為棗子需要每年接穗，因而衍生出許多雜交種的原故。不論那一品種，都是初熟時，皮色青綠，果肉脆而多汁，甜度香氣較少。完熟後，則皮色轉綠，肉質稍鬆軟，甜度香氣稍佳。選購時，可依嗜好，按色相購買。但宜選表皮亮麗及具有重感者才好。



新出的柳橙，皮還是綠的呢！（林嵩展 攝）



双溪薯蕷品質好，宜鮮食。