



文圖 / 謝勝枝



■ 結實纍纍的桑椹。



■ 桑椹放陽光下曬乾。



■ 桑椹觀光果園開放民眾採果，全家樂融融。

採 桑椹製果汁或製酒DIY，目前很流行。今年各地桑椹觀光果園紛紛設立，興起了採桑椹的熱潮。一斤自採的桑椹才30-40元，採回家的桑椹，比較酸澀，不適合鮮食。因此大部人均將桑椹製成桑椹汁、桑椹酒或桑椹醬，經濟實惠，與家人分享自製桑椹汁的樂趣之外，有朋友來訪，招待客人也很受歡迎。

桑椹營養豐富，含有維他命A，D和葡萄糖，果糖，鞣質，它有補肝益腎，滋陰補血，明目，安神，便秘，止渴，去風濕，解酒毒等功能，常食能夠養顏美容，抗衰老，益壽延年。唯

因桑椹內含有胰蛋白?抑制物，會影響蛋白質的消化吸收，消化不良者勿食用。

桑椹製成桑椹汁、果醬或泡酒等的配方，各有不同，憑各人的喜好選擇。

桑椹酒製法

材料：

桑椹，冰糖，高粱酒。

作法：

1. 桑椹採收後，先用清水洗淨，將水晾乾，放在太陽下曬到表皮乾燥即可。
2. 1斤桑椹，6兩冰糖，加高粱酒（如果3斤桑椹則加一瓶之比例）裝入罐內，密閉瓶口，3個月就可食用。

桑椹 泡酒製醬 DIY



■ 桑椹果醬。



■ 桑椹酒。



■ 桑椹汁於鍋中熬成濃稠狀。



■ 製桑椹汁原料。



■ 桑椹原汁。

桑椹汁製法

材料：

桑椹10斤，冰糖5斤（依各人的喜好）水1斤，高粱酒4兩，老薑片1兩，肉桂（清化桂）磨粉一錢半，新鮮紫蘇2兩。

作法：

桑椹洗淨後，將水晾乾，放在太陽底下曬到表皮乾燥，鍋中加熱，放冰糖，加水熬至冰糖溶解，再加入桑椹，老薑，紫蘇，酒，先中火煮開後，改小火熬一至一個半小時，中途要攪拌，起鍋前3分鐘放入肉桂粉攪拌，放涼，汁與渣分開裝罐，放進冰箱冷藏，食用時加冷開水稀釋，或放冰塊，非常美味可口。

桑椹果醬製法

材料：

1斤桑椹，半斤冰糖，不需放水。

作法：

桑椹洗淨後，晾乾，放果汁機內先打碎，加冰糖，下鍋去煮，不停攪拌。煮至桑椹原汁開後，再用慢火熬，至桑椹汁成濃稠狀即可，放涼，裝罐，入冰箱冷藏。

《好康道相報》

文／報馬仔

中國地政研究所發行 土地問題研究季刊

成立土地問題研究會並開闢房地產問題義診

今日社會經濟發生各種弊病，土地問題是極為重要的一項，例如土石流、地層下限或土壤污染等問題層出。中國地政研究所與土地改革紀念館為加強土地問題研究，提升社會對土地問題的關心，決定自今(91)年3月開始，發行「土地問題研究季刊」，供各方人士對當前的土地問題提出批評與建言。

該刊亦成立土地問題研究會，採取讀書會方式，歡迎對土地問題研究有興趣的讀者參加。同時，中國地政研究所為服務社會大眾，亦開闢房地產問題義診時間，如讀者對房地產有任何問題，都可以到該所與專家免費面談，時間固定在每星期五下午1:30～5:00。其他集會時間與相關內容請參考土

LAND ISSUES RESEARCH QUARTERLY 土地問題研究季刊

中國地政研究所 聯合發行
土地改革紀念館
1991年3月創刊 第一卷第一期

本刊刊

向地政大廳陳列先生敬啟

推動不動產「證券化」必須考慮相關的配套措施

土地與都市發展之制度經濟分析

論土地問題之本質與根源

地籍性質與行為特性之研究——以台中中港商路為例

以仲慶解決礦產與不當得利適用性之研究

土壤污染與政策之探討

台灣開發與投資之優缺點

土地與都市發展之制度經濟分析

地下空間之利用與開發

日本大規模地下公共設施利用與開發之經驗

不動產估價實務與學理

不動產估價實務與學理

日本之不動產鑑定士考試制度

地政之明天在何方

台灣第一屆不動產估價師考試特刊

NO.1 2002.3 Vol.1 No.1

地問題研究季刊，或聯絡電話：(02)2577-7831，張明華小姐。

土地問題研究季刊由中國地政研究所與土地改革紀念館共同發行，林英彥教授擔任總編輯。

每本定價150元

郵政劃撥帳號：01793817

戶名：中國地政研究所。