

秋季

Vol.42 重啟人生號

Autumn, 2023

# 型農本色

Cover Story

## 我們正在改變餐桌

學農 人生不設限 黃雅娟

新手蛋農震撼教育 許哲瑋

河灘地的綠金奇蹟 劉迪

Travel

咖啡飄香路徑 種好咖·我在行！

Factory

大樹區農會姑山倉庫

留住盛夏的迷人滋味



## 重啟人生

十月，高雄物產館在「高雄國際食品展」熱鬧開展，今年農業局以粉紅芭比風為主題，發表比糖甜的「紅糖椒」、浪漫的「戀人西瓜馬卡龍」、比擬天然擴香石「翠妞甜瓜」等夢幻系農產，吸引人潮擠爆會場。

在務農者眼中，農地上種著的不只是夢幻迷人的蔬果米糧，也種著未來的想像、熱血和夢想。像是仁福牧場許哲瑋，返鄉短短一年學會觀察雞隻健康、即時調節飼糧，從牧場管理得到與動物相處的樂趣和成就感。劉迪和先生從遊艇業改行到旗山河灘地種火鶴花，體驗到真金不換的人生醍醐味。夜光農場的黃雅娟從粉領族變身「半農半X」的農家婦之後，努力研發手作米麩、鹽麩、味噌、甘酒等米製加工品，只盼吸引更多人了解國產米的營養美味，真的值得多吃一碗飯。

人生轉個彎，看見的風景，從此不一樣！

### 目錄 CONTENTS

- 01** 【封面故事】Cover Story  
我們正在改變餐桌  
學農 人生不設限 黃雅娟  
新手蛋農震撼教育 許哲瑋  
河灘地的綠金奇蹟 劉 迪
- 08** 【跨界推薦】People  
LA RUE 三輪車文創共同創辦人 Eric 洪健哲
- 10** 【好食料理】Yami Cook  
鹹香溫潤，安神暖心
- 14** 【農業上下游】Factory  
大樹區姑山倉庫 留住盛夏的迷人滋味
- 16** 【農情交響曲】Symphony  
鈺善閣·素·養生懷石 米其林蔬食功夫菜  
To Be Smoothie 綠果昔 新食尚·天然甜
- 20** 【新農閱事】Reading  
一步蔬果·小農雜學力 第一本校園食農全紀錄
- 22** 【農業風向球】Global Eye  
地方品牌行銷「蔥」滿驚奇與創意
- 26** 【食路小旅行】Travel  
咖啡串聯的飄香路徑 種好咖·我在行！

*Empower  
Agriculture*

## 封面故事 Cover Story



型農 黃雅娟  
· 夜光農場 ·



型農 許哲瑋  
· 仁福牧場 ·



型農 劉迪  
· 勇哥火鶴花 ·

## 我們正在改變餐桌

國際保育專家珍古德說，  
一日三餐，每人每天都有三次  
改善健康、改變地球的機​​會和力量。

夜光農場黃雅娟堅持一年一期稻作，  
賦予米飯充足的陽光香氣、Q彈口感及環保減碳的食農意義。  
新手蛋農許哲瑋應用動物科學概念，  
用天然藥草+環控設備養好雞、產好蛋。  
花農劉迪從中國東北遠嫁台灣、落腳旗山，  
用一株株朝氣蓬勃的火鶴花，種出未來的盼望。

站在飲食的源頭，他們勤耕把關，  
要讓腳下這片土地，  
成為安頓你我味蕾的家鄉。



順從自然  
實踐天賦



科學飼養  
質重於量



牽手打拚  
火鶴拍檔



Cover story [封面故事]

# Dreams Come True

Planting rice, cultivating life.

夜光農場 黃雅娟

夢想不必大  
敢追就成真！

■ Profile 型農 黃雅娟 /  
66年次 /  
高苑科技大學應用外語系 /  
0936-360-990 /  
aa940217tw@yahoo.com.tw /  
Facebook粉絲專頁：Farm Luminous  
高雄市鳥松區神農路48巷13-2號

## 學農 人生不設限

我在工會擔任秘書 25 年，先生是 30 年資深公務員，公婆留下的農園就租給鄰田，原以為這就是我最想要的人生：生活規律、經濟穩定、不需像公婆一樣為作物四季傷神。但隨著年紀漸長，回歸土地的念想卻愈來愈濃烈，於是利用假日和晚上時間，開始學農事。我們種田像養孩子一樣，不給自己壓力，邊做邊學邊實驗，竟也漸漸「玩」出心得來。現在我很明白：別給自己設限，人生可以比想像的更豐富、更精彩！

### 慣

行耕作，收成後批給糧商，是上一代人的產銷模式，然而我們務農不是為了維生，而是想實踐理念，作法上有很大的改變。四分地拿來種水稻，一分地種植抗旱抗蟲力強的紅鬚玉米、洛神、秋葵，不使用農藥、化肥、除草劑，雜草太多就人工除草，除不完就停止施肥，希望把雜草「活活餓死」，有時也會放鴨子幫忙清除福壽螺。收成的稻穀以日曬緩緩逼出水分，賦予米飯陽光的香氣、Q 彈口感及環保減碳的食農意義。記得有一年感染稻熱病，稻株枯萎倒伏，沒經驗的我們不知所措，心想少收一點就算了，只在隔年插秧時，將間距拉開保持通風，結果沒想到，稻熱病從此沒再發生過。有人說這叫「無為而治」，也有人歸因是新手的運氣，但我認為土地跟人一樣，有充分的時間休養生息，有足夠的空間伸展肢體，不用施肥吃藥，身體自然健康，這也是我們堅持一年只種一期稻作的原因。

### 半農半X的生活實驗

剛開始賣米當然也是一竅不通，用夾鏈袋裝著一小包米就當成商品。靠著與農友資訊交流，我學行銷、設計、包裝，學烹飪、植物染。看現代消費者普遍不太愛吃飯，食米量年年下降，於是開

始學手作米麩、鹽麩、味噌、甘酒等米製加工品，和農友用「稻米＋花生」合作推出糙米麩，用大樹鳳梨研發純米鳳梨酥，下一步想試做米饅頭，希望吸引更多了解國產米的美味，真的值得多吃一碗飯。從有冷氣吹的辦公室走到田區彎下腰耕作，的確有過掙扎。但我以前只愛逛街血拚，現在卻能驕傲笑稱自己「十項全能」了。未來我想申請綠色標章、有機驗證、拓展食農教育場域：夢想還有很多很多呢。人生轉個彎，我看見了更棒的自己！

### 👉 型農私房料理

菜飯、寶寶粥：白米洗淨，將數種蔬菜（葉菜類、根莖類均可）洗淨刨絲或切細段，加水、撒少許鹽，入鍋煮熟即為菜飯；如沒吃完，可再加水或雞湯，也可打入雞蛋拌勻，小火熬煮成糜狀，就是純天然無添加、營養美味的寶寶粥。



Cover story [封面故事]

# Have Healthy Chickens Healthy Eggs

仁福牧場 許哲瑋

蛋品品質和雞隻健康  
就是我的成績單！

■ Profile 型農 許哲瑋 /  
88年次 /  
嘉義大學農場管理系畢業 /  
0985-204-963 /  
he5210250@gmail.com /  
Facebook粉絲專頁：無  
高雄市仁武區仁福里橫山一巷12號

## 新手蛋農的震撼教育

台灣民國 5、60 年推動農村養雞及蛋雞生產，阿公在那一波風潮中創立了牧場。傳統畜養年代的農夫只顧著衝產量，導致蛋價長期低迷，後來隨著消費、健康意識抬頭，老爸著手改善雞的居住環境並設置了國內第一台日本製雞蛋洗選分級包裝機，建立了蛋品「質量並重」的新標竿。然而，對於我這個甫入行 1 年的新手來說，新冠疫情以及近幾年的雞蛋風波，才是真正頭一次切身感受產業衝擊與消費市場震盪的職場震撼教育！

### 老

爸和我都認為牧場經營「品質比產量重要」，大部分心力都投注於提升蛋品品質。我負責飼養工作，一天六次撒料時間我當作「巡田水」，觀察雞隻生長、和牠們「搏感情」。依據天氣變化，我會在飼料中調整營養添加劑，維持雞隻的健康度和產蛋率；為了確保飼料不會混雜到藥物，特別要求飼料廠商開設無添加藥物的專用生產線，讓牧場能生產無藥物殘留的雞蛋。每月也會以蛋白高度、蛋黃係數和蛋的重量計算霍氏（哈夫）單位，定期檢測雞蛋品質，萬一不符標準，也要立刻調整飼糧改善。

### 因應氣候變遷 強化環控設備

四年前曾遇到禽流感，牧場幾乎團滅，現在我一發現雞隻出現類感冒症狀，馬上在飲水中添加中草藥，幫忙療養呼吸道不適，同時停止投料，讓雞隻暫時休息不產蛋，同時達到換羽的效果，健康狀況就會在這段期間自我修復。我常常覺得自己像醫生治病或科學家做實驗，蛋品的品質和雞隻的健康，就是我的工作成績單。

氣候變遷，雞場環控設備必須能抵禦愈來愈炎熱的天氣，利用水簾片、密閉式抽風的方式，盡量

保持室內恆溫攝氏廿六度左右，讓雞在涼爽環境下健康生活。去年我增設雞糞發酵設備，透過加氣加溫，一週就能完成發酵，效率至少提升三倍，更重要的是發酵氣味經過過濾槽處理，周邊的空氣也清新許多。我曾經想就讀動物科學系，大學時因緣際會唸了農場管理，如今每天面對的不僅是動物，也是與人們生活密切相關的生產伙伴，照顧起來十分有樂趣和成就感，真的是「塞翁失馬，焉知非福」啊！

### 👉 型農私房料理

生雞蛋牛丼拌飯、蔥花蛋：取兩個雞蛋，洗淨蛋殼，取出蛋黃（儘量不要混到蛋白），加入熱騰騰的牛丼，撒點胡椒粉或七味粉就很讚。也可將青蔥切段，加入生蛋拌勻，倒入熱鍋中炒熟，嫩蛋佐以蔥香，是我從小到大最愛的蛋料理。



Cover story [封面故事]

# Flowers bring happiness

Where flowers bloom,  
so does hope.

勇哥火鶴花 劉迪

在花海中，  
發現人生醍醐味！

■ Profile 型農 劉迪 /  
67年次 /  
中國遼寧省丹東市高職畢業 /  
0960-606-200 /  
loveejan2002@gmail.com /  
Facebook粉絲專頁：無  
高雄市旗山區大林里大林街17-1號



## 河灘地的綠金奇蹟

我和先生原本從事遊艇外包工程，遇上 1999 年亞洲金融風暴，工作一下全沒了，只得搬回旗山另謀生路。聽朋友說內門的火鶴花產業超厲害，心想，連內門那麼缺水的地方都能種花了，旗山有楠梓仙溪，水源豐沛，地理條件豈不是更具優勢？於是整天與電腦、機械工具為伍的農業素人，就這樣一頭栽進火鶴花領域，努力在河灘地種出屬於自己的綠金奇蹟！

### 我

們原本就是自營業，投入完全陌生的農業雖然有點挫（台語），但想想也沒啥好怕，萬一失敗，重來就是了。剛開始主攻國人偏愛的傳統紅色、粉色火鶴切花，而台灣火鶴出口大國——日本市場對花的品味就像衣著，四季不同，冬天偏愛深色系如紅、黑、咖啡色，夏天喜歡清爽的白、粉、綠色，為了打進日本市場，現已增加到七、八個品種，透過火鶴花協會以冷藏海運的方式外銷，銷量穩定，對於初創業的我們來說就像吃下一顆定心丸。

### 最富喜慶祝賀氣息的花禮

然而，三一一大地震時，外銷日本的火鶴運輸鏈完全中斷，而切花保存期限只有七到十天，不能等！我趕緊剪插成一個個小盆花帶去菜市場賣，客人會買回去祭神拜拜，有的則放在辦公室當觀賞小植物，好不容易才度過難關。別看火鶴花能在惡地中生長，其實無法耐受急寒和急熱。四、五年前遇上霸王級寒流，花苞凍傷嚴重，收成只剩一半；有時高雄大半年沒下雨，花況一樣慘兮兮。所以寒流來襲時我會在肥料中適量補鈣，爆熱季節則要時時噴水保持濕潤，半點疏忽不得。疫情後，高雄會展活動蓬勃，盆花需求激增，因此我們去年開始投入盆花種植，火鶴花花期持久又適應室內環境特質，絕對是美麗且最喜慶的花禮。

原本住小港，家對面就是公園，很熱鬧，而旗山大林方圓數公里只有我們一戶，但回想起以前成天在飄散玻璃纖維、粉塵下工作的生活也覺得怕，就這樣定下心，靜慣了也覺得挺好。更重要的是女兒在田野中長大，如今也是農業科系的新鮮人了，將來會不會願意接班成為「花二代」未可知，但我明確的知道，頭頂天，腳踏地，看著孩子和花草在自己手中成長茁壯，那才是真金不換的人生醍醐味。☺

### 👉 型農私房料理

九尾雞湯、菜脯蛋：利用火鶴花網室的一角養雞，將雞肉洗淨切塊，加入中藥行買的九尾草藥包燉煮，肉甜湯濃超滋補。生鮮雞蛋更是不餘匱乏。菜脯洗淨切末加入蛋花煎熟，配白粥配飯，親切家常的台灣味，久久沒吃會想念。





☁️ **People** [跨界推薦]

**Measuring the creative industries**  
**LA RUE 三輪車文創設計共同創辦人**  
**Eric 洪健哲**



# 創業文青變身市集品牌達人

高雄以前經常被稱為文化沙漠，彷彿和時尚的慶典、市集搭不上邊。Eric洪健哲非常不服氣：「高雄有山、有海、有港，有老城區、新市鎮，人口稠密，年輕消費力又強大，明明具備這麼多優勢，有什麼道理不能辦好市集？」

## 原

本想開的是咖啡店，但店租和營銷相關成本實在太沈重，洪健哲和當兵同梯的徐榆翔突發奇想，看準高雄天氣穩定、道路寬闊的特性，運用部隊學到的機械專長，為創業者量身打造三輪餐車，既能隨時「出車」逐人潮而居，且不需背負資金及管銷壓力。一台台精巧可愛的三輪餐車出沒在高雄街頭，頓時踩踏出一道道嶄新宜人的餐飲新風景。

## 打造饒富港都特色的城市祭典

一次到泰國旅行，看到當地大型市集At+Box，宛如一場音樂、美食、文創交織的城市派對，深為驚艷。「除了設計餐車，也許我們可以做更多。」開始思考三輪車與市集結合的可行性。早期台灣市集多以二手衣物、手作文創、農產品為主，清新輕巧卻普遍缺乏特色與召喚人群的強烈魅力。二〇一七年，兩人用汽車發表會的概念，聚集二十多部三輪餐車在高雄四維國宅舉辦「車車車趴」主題市集，餐飲與手作攤位各半，佐以極具設計感的燈串燈海及現場樂團演唱，人潮湧入從下午綿延到夜間，盛況空前。

「辦活動必須因地制宜。」洪健哲指出，一般市集都從早上開始，考量到高雄天氣熱，且週末大家普遍晚起，午後到晚上才是多數人有意願出門的高峰時刻。數年間，從高雄愛河「河畔餐車美食主題市集」到恆春「南國生活節」、台南「島嶼餐桌物語」、台中「森之市」、台北「香菜市集」，都創下破萬人次參與的亮眼紀錄。今年十月底在

高雄輕軌夢時代站旁舉辦年的度大型音樂藝術生活節「ISLAND's」，集結亞洲各城市至少三百間店鋪，在四大主舞台並邀請台日韓中港泰計至少卅四組音樂演出，讓高雄成為全世界都想來的夢幻派對現場。兩位創辦者始終不變：「希望高雄被看見。」要將萌發於港都的創意美學擴散到其他城市，吸引更多人到台灣，看見並愛上高雄。

讓美好的事情  
發生  
在這座城市

City  
Scenery



### Profile 洪健哲 (Eric) /

78年次，在屏東空軍基地服役時結識同齡的徐榆翔 (Louis)，2017年兩人聯手創立 LA RUE 文創設計，從設計三輪餐車起家，同年舉辦全台首場三輪車主題市集，帶動主題市集風潮。2019年將 LA RUE 轉型為整合行銷活動企劃，創下台灣至今市集舉辦規模最大、單場人次流量最高的紀錄。

# Season Cuisine

## 鹹香溫潤，安神暖心

從炎熱的夏季過渡到寒冷的冬季，秋天的面貌總是如此多變，一下子展現秋老虎的熱力，一下子又轉變成連心都會寒的涼意逼人；季節交替之際，照顧好身體之餘，更要留意心理狀態，不妨利用美食，補充營養，同時增強精神力，南洋風味的紅咖哩肉丸子薑黃飯、將兒時零嘴華麗大變身的肉鬆芝麻鹹米香，以及好看好玩又好吃的鮭魚沙拉蛋盅，都是能讓心情一下子變美麗，吃在口裡，暖在心裡的驚喜食方。



恆隆行hengstyle百貨專櫃

食譜示範與設計 | Winnie 范麗雯

攝影 | Hand in Hand Photodesign 璞真奕睿影像

器材協力 | 恆隆行hengstyle

文字整理 | Patina



好食料理-食譜

# 紅咖哩肉丸子薑黃飯



**俗**話說人是鐵，飯是鋼，米飯含有醣類、脂肪、礦物質、維生素 B 群、蛋白質及纖維，能作為我們的主食，米飯的營養價值以及能供給的熱量，必是不容小覷，加上薑黃粉與魚露，搭配以紅咖哩醬及椰奶製作出的豬肉丸子，提供了蛋白質與多種礦物質，替秋天的身體補充滿滿的熱力元氣。

## 食譜

### 材料：

米 2杯  
水 2杯  
薑黃粉 1小匙  
魚露 1大匙

### 肉丸子：

豬絞肉 250g  
玉米粉 2大匙  
紅咖哩醬 1大匙  
魚露 1大匙  
檸檬葉 3片  
蛋液 2大匙  
椰奶 1大匙  
四季豆 6根



Step. 1

· 米洗淨後，泡水30分鐘備用。



Step. 2

· 檸檬葉去葉脈剪成細絲，四季豆切小粒，將豬絞肉與所有丸子材料（除四季豆外）攪拌，再加上四季豆拌勻。



Step. 3

· 將拌勻的絞肉捏成適當大小的丸子。



Step. 4

· 米加入薑黃粉、魚露拌勻，入電鍋，上面鋪上肉丸子，按下炊飯鍵煮熟即可。



料理小撇步：攪拌時最後再加入四季豆是為了保有四季豆的口感，讓肉丸子吃起來更有層次。



好食料理-食譜

## 鮭魚沙拉蛋盅



**蛋**是料理方式相當多樣化的食材，煎、煮、炒、炸、蒸都相當適合，不論是當作料理的主角，或者是菜餚的搭配，也都相當稱職，可說家家必備的食材；利用水煮蛋的蛋黃與美乃滋、洋蔥、鮭魚罐頭，作出濃香滑順的鮭魚沙拉醬，再回填到蛋白裡，好看又好吃，當作點心或者一道菜餚都讓人回味無窮。

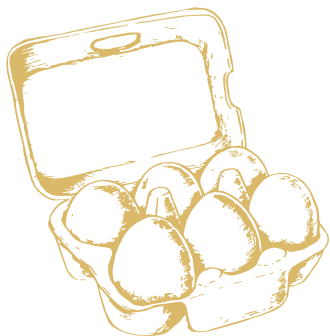
### 食譜

#### 材料：

蛋 4顆  
 油漬罐頭鮭魚 50g  
 洋蔥 2大匙 切碎  
 米醋 1/2小匙  
 美奶滋 30g  
 鹽與黑胡椒粉 適量  
 唐辛子粉 適量

#### 裝飾：

巴西利 適量



Step.  
1

· 洋蔥切碎泡冰水，瀝乾備用；煮水煮蛋。



Step.  
2

· 水煮蛋剝殼後縱切半，取出蛋黃，加美奶滋拌均勻。



Step.  
3

· 步驟2加上鮭魚、洋蔥、醋、鹽及黑胡椒拌勻。



Step.  
4

· 填回蛋白中，撒上唐辛子粉，裝飾巴西利葉。

料理小撇步：洋蔥切碎後先泡過水，會減少辛辣感。



好食料理·食譜

## 肉鬆芝麻鹹米香



**爆**米香充滿了兒時的甜蜜回憶，更搭載了美味的記憶，曾幾何時，爆米香的車子已經越來越少見，不過米香也轉換成原味的顆粒樣貌，在商店與網路上販售著。米香當零食單吃很ㄟ×ㄚ、嘴，以製作雪Q餅的方式，將餅換成米香與肉鬆，鹹中帶甜的滋味與軟中帶酥的口感，讓米香升上新層次。

### 食譜

#### 材料：

米香 50g  
 棉花糖 50g  
 肉鬆 50g  
 白芝麻 1大匙  
 奶油 25g

Step.  
1



· 鍋中以小火加熱融化奶油，加入棉花糖及少許鹽，攪拌至融化後熄火。

Step.  
2



· 將米香、肉鬆、白芝麻拌均勻。

Step.  
3



· 將拌好的米香倒入做法1的鍋中拌勻。

Step.  
4



· 做法3倒入平盤中（平盤底部鋪上烘焙紙）壓平，放涼後切塊。



料理小撇步：融化奶油需要以小火進行，避免火太大奶油焦黑。

## 大樹區姑山倉庫 留住盛夏的迷人滋味

大樹區的玉荷包荔枝和金鑽鳳梨全國馳名，為了讓民眾四季都能品嚐到這份盛夏的香甜，大樹區農會推出鮮果冰棒、冰淇淋、蔭鳳梨、鳳梨雙心酥、玉荷包鳳梨苦瓜飲等加工產品，深獲消費者喜愛。

大樹區農會總幹事歐幸娟表示，農業生產經常面臨氣候變化、產銷失衡的問題，像是前年鳳梨正值盛產時節，中國大陸卻無預警宣布暫停台灣鳳梨輸入。為了降低衝擊，她立即前往鄰近的大發工業區拜會，發起全國

梨、推動飲料店採買格外品製作鳳梨茶促銷，並透過人脈設法打通多個國家的銷售管道，短短一兩週就把倉庫四百多噸的鳳梨賣光光，並藉此機會和各地農會建立合作機制，降低對單一市場依賴的風險。大樹玉荷包年年供不應求，但疫情期間遇上宅配大塞車，經常因到貨延宕流失鮮度而引發消費糾紛，「疫情大幅改變了消費市



1. 將大樹特產金鑽鳳梨去皮、切片，進行低溫烘乾，濃縮香氣與甜度。



2. 將鳳梨果乾填進每個製冰模具。



3. 將熬煮好的鳳梨汁充填進模具。



4. 低溫中等待其凍結後於模型機取出冰棒。



5. 進行冷凍作業，讓冰棒定型。



6. 包裝入袋，準備出貨。



# 六級產業化流程 Six-grade Industry

## 1級/生產

金鑽鳳梨、玉荷包



## 2級/加工

綜合果肉冰棒、馬卡龍禮盒、  
蜂蜜禮盒、鳳梨雙心酥、蔭鳳  
梨、鳳梨/玉荷包果肉冰淇淋



## 3級/服務

展示中心銷售、網路銷售



$$1\text{級/生產} + 2\text{級/加工} + 3\text{級/服務} =$$

$$1\text{級/生產} \times 2\text{級/加工} \times 3\text{級/服務} =$$

# 6級/產業



場型態，農產品擴大加工能量勢在必行。「農會將玉荷包果肉烘乾加入果汁，就成了火紅的荔枝飲；「冰菓樹」冰品系列以鮮乳為基調，加入玉荷包荔枝、鳳梨等鮮果，完美融合了荔枝的甜香和鳳梨的酸香，每一口都吃得到果肉，更是一夕爆紅。作為販售中心的姑山倉庫未來將結合地方特色餐食，擴大經營面向，推動大樹區農產品品牌形象更上層樓。歐幸娟充滿信心：「大樹區農產品溯源完整、風味道地，我們要讓大樹區成為一個好吃、好買、好玩的好地方！」

■ 大樹區農會 姑山倉庫  
店家資訊：高雄市大樹區大坑路108-18號  
營業電話：07-656-5101

大樹區農會  
總幹事 歐幸娟



## 米其林蔬食功夫菜 鈺善閣·素·養生懷石

為了提升風味和飽足感，很多傳統素食會採用豆類加工品取代肉品，或偏重以油炸方式烹調，但鈺善閣堅持只用當季新鮮食材、完全不用素料，在素食界掀起一股健康、養生、精緻的新興食潮。



餐廳位於高雄美術館園區，在名畫與花藝的環繞妝點下，營造出舒適又貴氣的用餐空間，然而更令高雄人驕傲的是，自二〇一九年以來，鈺善閣已連續五年榮獲米其林肯定。

店長陳昱蓁表示：「我們用四季食材提出自然的鮮甜與美味，融合以台菜為基礎的料理手法、日本懷石料理的套餐方式，讓許多原本不愛素食的客人也願意走進來！」走進廚房，映入眼簾的是滿滿鮮蔬：大白菜、蕃茄、玉米筍、綠竹筍、芥藍、南瓜等，四季輪流上場當主角。其中不乏高雄在地物產，像是素羹湯油香滑順的口感源自高雄山區生產的筍絲、白菜、薑菇等十數種鮮蔬熬煮的湯底，不多加調味也自然鮮甜；而高雄盛產的鳳梨、美濃瓜等水果甜度高，更是各式照燒醬料的重要素材。

雖然主食材都是天然蔬果，做的卻是極為費工的功夫菜。像是作為主餐食材的猴頭菇，從處理到上菜得經過三天、十道工序，才能呈現肉質般的Q彈口感，是一道極盡職人巧思的靈魂料理。創辦人陳健志認為，飲食的良莠之別從來不是葷或素，而是食物的健康、美味、意境；料理不僅是味蕾饗宴，也是視覺和心靈上的享受，人文和餐飲文化並存的堅持，透過四季在地食材的展現應用，傳達「一口詩意，頌盡春夏秋冬」的食店精神。

## 特色推薦

# Chef's Specialties

### 晶鑽珍品

以五行五色的蔬果為食材，包括紅心芭樂、蕃茄、綠色的絲瓜、青江菜，黃色的南瓜、白色茭白筍、黑色木耳等，大火蒸出原汁原味，是季節限定的料理。



## The Taste of Happiness

### 店長的話 /

希望淋漓展現食材品質、料理真功夫及懷石料理的儀式感，透過一道道菜，頌盡春夏秋冬之美，為消費者帶來全新的素食美好體驗。

店長 陳昱堯

### 米其林炭香猴頭菇

以猴頭菇為主餐，以當令蔬果如鳳梨、蘋果等作為照燒醬料的基底，經十數道工序處理過的猴頭菇加以炙燒，香氣清芬，口感外酥內嫩。

### 食養蒸物

取甲仙芋頭中心最鬆軟的部分，小火炒一小時，結合大白菜、菌菇等餡料拌炒調味再蒸熟，香甜軟糯，入口即化。



■ 鈺善閣·素·養生懷石  
高雄市鼓山區美術北三路225號 / 07-522-7850 /  
營業時間：11:30~14:00, 18:00~21:00 (週二、三休)  
FB粉絲專頁：鈺善閣·素·養生懷石 高雄店 /





## 新食尚 · 天然甜 To Be Smoothie 綠果昔

忙碌的現代人蔬果攝取普遍不足，如果能隨時來一杯營養豐富又美味的蔬果汁，能為身心帶來滿滿活力。以各色果昔打響名號的To Be Smoothie 自二〇一五年創店以來，已開了數家分店，備受上班族和婆媽們的喜愛。



創辦人陳永耀表示，果昔的甜味完全源於水果、蜂蜜等天然食材，有些會加上堅果，現點現打，完全不添加糖及人工色素、香料。吧檯上，數十種新鮮蔬果和各類堅果一字排開，消費者可以自由選擇搭配，從沙拉、醬汁、優格到牛奶、豆漿、五穀飯、捲餅，選項豐富，菜式清新輕盈又口感濃稠綿密、充滿飽足感，雖是飲品，代替正餐卻也綽綽有餘。

果昔分為兩大類：紅色果昔與綠色果昔，前者訴求清新健康，後者則是女性偏愛的酸甜口感，例如埃及艷后、東尼特調等。「高雄產的香蕉、鳳梨是綠果昔飲品極為重要的香甜味來源，也是提升味覺多層次的關鍵食材。」陳永耀說。

其他還有各種讓人意想不到的配方，杯杯都驚喜。包括「黑金剛」以香蕉、藍莓、紅梅、地瓜葉、豆漿製成，「齊天大聖」有香蕉、蘋果、柳橙、奇異果、豆漿、優格、豆腐，一口一口慢慢飲盡，清甜、舒服、溫暖，一日之晨，不妨就從一杯天然果昔開始，充滿活力地展開吧！



創辦人陳永耀表示，果昔的甜味完全源於水果、蜂蜜



## 特色推薦

### Chef's Specialties

#### 綠色果昔系列

具有豐富膳食纖維的綠色果昔，包含地瓜葉、小黃瓜、西洋芹等綠色蔬菜，濃郁香甜的鳳梨和香蕉是不可或缺的要角。

#### 紅色果昔系列

具備艷紅色彩的紅龍果和甜菜根是主角之一，搭配香蕉、蘋果及各式莓果配方，為青春加分。

#### 沙拉

為客製化組合，可從小蕃茄、小黃瓜、杏鮑菇、洋蔥、地瓜等數十種蔬果項目中自選九項配料及七種堅果，再自選一項低脂高蛋白質的肉品，酪梨、優格等製作的沙拉醬，選擇豐富多元。



創辦人 陳永耀

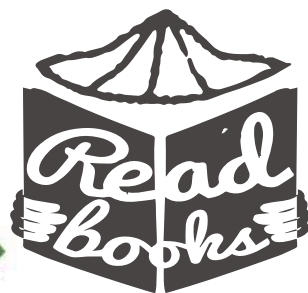


**創辦人的話／**  
用媽媽的心意與手藝，以溯源、在地、時令、新鮮為採買原則，讓大家都吃得安心又健康！

■ To Be Smoothie綠果昔  
高雄市左營區忠言路39號（忠言店）  
電話：07-5507579  
營業時間：10：00～20：00



## 一步蔬果 · 小農雜學力 第一本校園食農全紀錄



資料提供 | 幼獅文化

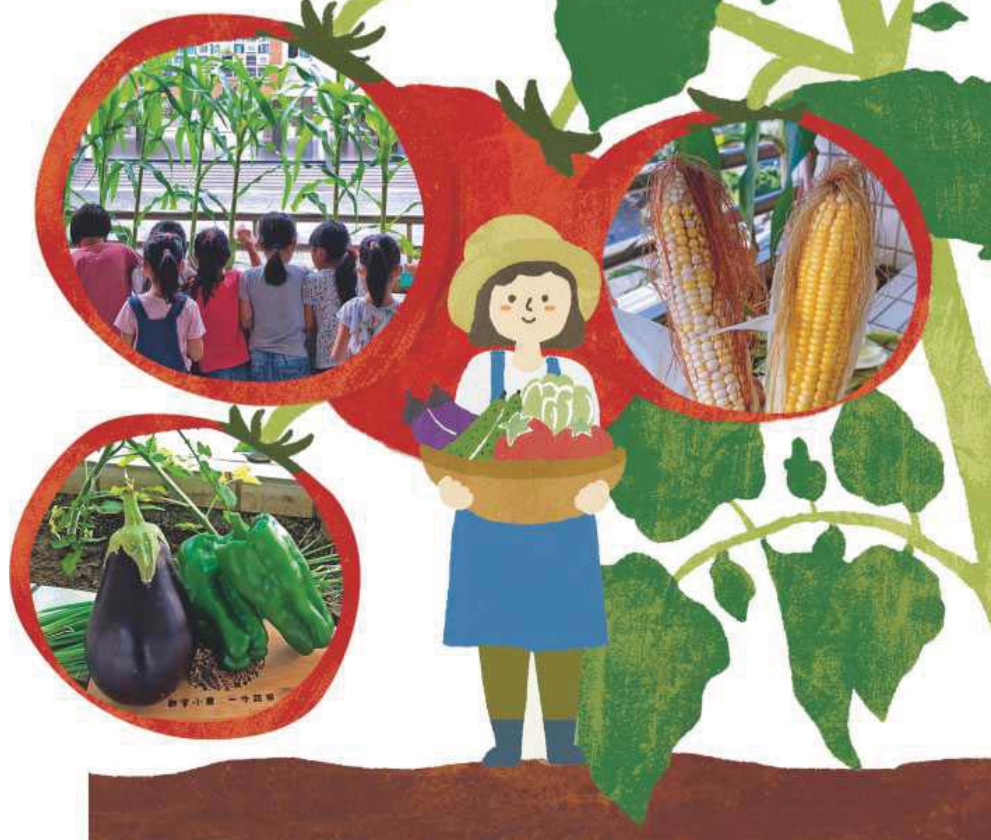
# 一步蔬果 小農雜學力

**有**句話說：「三歲看大，五歲看老。」任何教育，都以從小扎根效果最佳；在孩子的人格身心發展階段，基礎概念建立得愈穩固，未來成長的方向和姿態愈能端正不偏廢，剛起步的食農教育尤其如此。

「食農教育法」通過後，學校老師設計農業教育課程有了重要依據，再加上政策鼓勵，讓許多有心的老師在各自的學校及專業領域裡，經營各種有特色且具創意的食農教育內容；透過教育，將農業豐富有趣且帶有生命力的價值感傳遞給下一代，重建臺灣仔對農業的認識與鄉土認同，建構正確的飲食與健康觀念。

**12堂食農課程 X 6項農作知識補給 = SDGs實踐**

本書紀錄高雄市區一所都會型學校的師長們，在有限條件下，從揉土開始，舉凡勞動技巧，生態學知識的研究，有機質回收再利用的永續循環，到烹調廚藝的





精進，社群數位平臺的分享傳播等技術的建立，課程開外掛兼容異國美食文化體驗、味覺體驗、生態營造、行銷、設計、品牌、模擬商業活動等，甚至跨領域學習時下最新的SDGs議題等，都一一詳實記錄。

高雄市區高樓林立、人車雜沓，夾在其中的小學校園要找尋一處沒有被水泥覆蓋的土地並不容易。然而高雄市農業局送給學校一大把蔬果種子，就像一個引子，校長、老師帶頭，開始整理教室前花臺，將花臺上的強勢外來種植物清除，種下多樣蔬果小苗。從此開啟了一場農耕，飲食，生態，人文，藝術交融的食農教育體驗。從幾個班級到全校師生，接著家長投入，更引進各方面支援的力量，激起整個社群的興旺活力。

### 都市裡的食農奇蹟

農作是一項必須專注投入的事業，要有勇於付出勞動的毅力，具備不離不棄的責任心，勇於面對種植失敗的挫折，才能期待豐收，共享成果。在老師們的引導下，學生透過討論，自由發

揮創意，每位學生都能真實體驗到最豐富完整的教育內涵。

本書是一本書寫、紀錄真實經驗的精彩文本，兼具實用性的科普知識與激勵人心的勵志情懷，並完整揭露各種教學心法，讓有心從事食農教學的老師有清晰的步驟、方法與建議可參考依循，減少備課壓力與時間，提高教學意願，確保執行成果，是有意從事食農教育工作者極為實用的參考書，也讓每個同樣懷抱「半農半X」理想的你我，一起見證了城市裡得來不易的食農奇蹟。



■ 出版社：幼獅文化  
作者：賴秋江、王彥崑  
定價：520元



# 地方品牌行銷 「蔥」滿驚奇與創意



日本的蔥可分為青蔥與白蔥，後者白色的根部較多，埼玉縣深谷市的白蔥產量是日本第一，全年皆可採收，其中又以秋冬產的蔥甜度最高。質量均佳的「深谷蔥」，在日本已是名稱響亮的產地品牌，從地方政府、產業上下游到在地居民，每個角色都功不可沒。



圖片來源／深谷市政府官網、深將官網、道之驛岡部IG



為了推廣當地觀光，深谷市政府在二〇一〇年推出吉祥物「深將」，還核發「特別住民資格」給他。頭上的兩支角，正是當地特產白蔥，身體配色是蔥的綠色與白色，胸口的兩朵鬱金香，則是深谷市的市花。個性溫柔但不喜歡認輸、平常喜歡散步、滑手機，愛吃在地料理。出道以來，曾連續五年入圍「日本吉祥物大賞」前十強，知名度也跟著水漲船高。

### 以慶生為名 行推廣之實

別以為吉祥物只有握手、擁抱與拍照的功能，在日本，叫得出名號的吉祥物，每年都會大張旗鼓



舉辦生日派對，規模最大的就屬熊本熊慶生會，今年三月兩天的活動吸引了國內、外九萬人次造訪熊本市，民眾不只可以觀賞熊本熊與吉祥物朋友的表演、現場也有許多推廣地方觀光、美食與產品的攤位讓大家參觀、選購，活絡地方經濟。擁有大量粉絲的蔥將，今年六月廿八日在深谷市民文化會館舉辦第十三次慶生派對，以電腦抽選約四千位粉絲參加，外縣市的吉祥物好友也帶著蔥造型的蛋糕到場祝賀，賓主盡歡。

### 免費授權 帶動地方商機

一般的中小企業，若靠自己設計卡通圖像、印在商品包裝並推廣出去，需要花費不少時間、財力與精力，若是能將已經走紅的吉祥物印製在自家產品，會是品牌快速增加人氣的一條捷徑。

由公部門塑造出來的地方吉祥物，為了增加圖像的使用率與能見度，一般都採免費授權給提出申請的企業使用。根據統計顯示，申請深將圖像的單位，有八成是將圖像印製在深谷蔥或其他農產品的包裝，其餘則是運用在服飾、文具及書籍，截止二〇一九年為止，深將圖像所創造出的經濟效益，已經累積到四十九億日圓。

二〇二〇年十二月，創業一百周年的埼玉深谷格蘭德飯店推出蔥將主題房間，包括有單人、雙人及家庭房等三種房型，客房內有經典、晚安與森林等不同情境氛圍的佈置，房客不僅可以獲得蔥



照片來源 <https://www.saitamagrandhotel.com>



將的梳子、毛巾、瓶裝水等原創設計商品，早餐也能享用在地新鮮蔬菜的沙拉吧，讓蔥將迷可以到深谷體驗一段美好的旅程。

### 深谷蔥感謝日 創造新習俗

十一月廿三日是日本的勤勞感謝日，因為日文裡「蔥 (negi)」與「慰勞 (negirai)」的發音十分接近，二〇一八年起當地發起「深谷蔥感謝日」活動，鼓勵當地民眾以蔥取代鮮花致贈親友，表達感謝之意，並於二〇二〇年向日本紀念日協會申請登錄為指定紀念日。

這一天，當地超市會販售一把把的蔥束，餐廳也會推出蔥相關的料理來響應。二〇二一年推出體驗課程，讓國小學童自己製作蔥束送給家人，今年共有十九間國小參加，另有學校教導學童採收校園裡栽種的蔥，並包裝成蔥束擺攤販售。而每年引起話題的「蔥浴」，十一月廿三日到廿六日也在當地一家三溫暖開放入浴，民眾可以泡在放滿蔥的池子療癒身心。

「深谷蔥感謝日」推動至今，已經變成當地的新習俗，不僅成功提升城市魅力，也擴大蔥的消費量與用途。

### 深谷蔥競技 好玩、好吃又有趣

在地的道之驛岡部，每年舉辦「深谷蔥競賽」，比什麼呢？民眾抱起一把蔥、看誰抱最多；抓一把蔥猜重量，最接近正確答案者獲勝；將一根蔥直立在手心，比平衡感，還有把蔥一枝枝射進九宮格裡，射進越多可帶越多枝蔥回家，活動現場推出烤大蔥、深谷蔥拉麵等料理，供大家享用。



照片來源 <http://ofurocafe-hareniwanoyu.com>



活動期間深谷市政府也向各界展示當地業者在農業科技創新的成果，如自走式噴藥機器人、APP農作業支援服務等，同時設立蔥種植諮詢攤位，無論是在栽培計畫、病蟲害、除草等各方面有疑難雜症，都可以在現場請教有七十年種蔥經驗的專業顧問。為期兩天的活動，共吸引二萬一千人到場參加，從產地到餐桌，從地方政府、生產者、餐飲業者與通路業者都各司其職，一起展現日本蔥的魅力與無限潛力。

二〇一〇年由深谷市發起、每年輪流在不同產地舉辦的「日本蔥產業高峰會」，今年十一月再度由深谷市舉辦，北從青森、南到長崎共有廿二個蔥的產地品牌以及地方吉祥物參加，共同展現日本蔥的魅力。大家在兩天的展期內，利用中央舞台節目與自己的攤位，以作物、產品或料理，呈現自家蔥的特色，此外，當地購物中心與餐飲業者也推出期間限定的蔥主題料理，讓大家可以品嚐用蔥呈現的各種料理。

十一月下旬到隔年三月是深谷蔥最鮮甜的時節，道之驛岡部一直在思考如何讓民眾在夏季也能品嚐秋冬蔥的美味。今年五月，「深谷蔥霜淇淋」誕生了，香草霜淇淋上放著切碎的冷凍大蔥，再撒上蔥粉，上方還插入象徵深將頭上兩支角的巧克力蔥片，吃起來脆脆的、辣辣的還帶有一點清香，推出十天就賣出超過六百支，這是只有當地才能品嚐到的味道。

日本蔥高峰會 產業齊心展魅力





種好咖。我在行！

咖啡串聯的飄香路徑

路，不只是交通運輸的載體，也是悠遊自然與食農風貌的途徑。沿著路、節令更迭與作物產期，深入山林，尋訪新近崛起的野地咖啡、人文風景；也可以穿越香蕉小鎮、芋頭山城、森林茶區，食在地、吃當季，用剛剛好的時間和距離，深刻感受來自土地的贈禮！



### Info

旅遊資訊

- 一山沐多納咖啡屋/  
高雄市茂林區多納里6-6號/0932-500-065
- 恬園咖啡莊園/  
高雄市桃源區寶山里98-12號/ 0978-796-085

## 跨越海拔高度的黑金浪潮

高雄咖啡多為中小規模種植，強調自然農法，人工除草、不噴灑化肥農藥，走的是量少質精、安全與風味兼具的精品路線。沿台二〇線公路轉高一三二線，深入高雄山間，直抵茂林區最偏遠的咖啡部落多納，然後六龜、甲仙，從甲仙轉廿一線往南到內門，會看到惡地飄出咖啡香的動人奇蹟；循台廿九線往北，在那

**你**愛喝咖啡嗎？這些年來，台灣咖啡速食化、精品化、在地化的趨勢如大潮湧至。根據國際咖啡組織（ICO）的資料統計，二〇二一年世界每人平均杯數為一二六杯，台灣每人平均杯數則高達一八六杯，台灣人愛咖啡的程度，不難想見。

台灣種植咖啡的紀錄始於一八八四年英商德記洋行引進阿拉比卡品種，但未形成規模。十九世紀日本明治維新，開始流行喝咖啡，台灣地處亞熱帶，比日本本土更適宜進行咖啡豆的商業性栽培，於是在島上全面栽種，面積近千公頃。二戰後日人返國，由於當時台灣人還沒有喝咖啡的習慣，各地咖啡樹頓時陷入無人問問的困境。直到九二一大地震，傳統作物、農業設施幾乎全毀，急於突破困境的災民在山野找到日治時期留下的野生咖啡苗試種成功，再搭配農村觀光休閒，就此翻身成為熱門的地方產業重建選項。二〇〇九年八八風災重創高雄，深埋在茂林、那瑪夏、桃源、六龜、甲仙、內門、大樹荒山野嶺的咖啡樹也一一被挖掘出來，躋身台灣咖啡產業生力軍之列。到二〇二二年為止，全台咖啡種植面積成長至一二〇〇公頃，已超越日治時期高峰，產值直追同為休閒飲料的茶葉，為台灣精緻農業的版圖，佈下一記閃亮的黑子。

瑪夏與嘉義茶山交界的高海拔產區中，也會找到珍奇的高山咖啡。暖陽、遠山、浮雲、溪流，奔波迢迢，得之不易的高雄咖啡滋味既瀟灑、豪邁又深邃，酸甘苦鹹都有了。

茂林區地處中央山脈南麓，區境最深處的多納(Kungadavane)村位於濁口溪小支流濁泉溪南方台地，是全茂林最大的魯凱族聚落，海拔高、溫差大、易起晨霧，齊備了咖啡樹果實生長的天然優異環境。十多年前，八八風災造成橋斷路封，多納溫泉遭土石掩埋，部落失去最重要的觀光收益，Isamu與Mega夫婦迅速找到日治時期的咖啡老欖，以自然農法復育，用果實連皮整顆日曬的方法，咖啡豆風味乾淨飽滿。另一種蜜處理是去除果肉，保留粘液層進行日曬，乾燥過程中咖啡豆吸收了粘液層的天然糖分，酸度低、甜度高、





Info  
旅遊資訊

- 仙豆咖啡/高雄市甲仙區中興路12號/0911-700-761
- 僑香咖啡/高雄市那瑪夏區青山巷30號/ 0937-355-210
- 卡爾波農莊/高雄市內門區內興里土庫38號/0921-591-815
- 滿築蜂蜜咖啡屋/內門區木柵里木柵40-1號/0929-001-582
- 紅豆咖啡莊園/大樹區龍目里龍目路54號/07-651-9577

果香濃郁。Isamu認為，山上種咖啡樹不難，老人家每年都可以採豆、曬豆，部落的年輕人可以學種植、烘豆、煮咖啡，大家都有收入來源，能賺敢花，部落經濟就活起來了。

村落市集入口，Isamu用自己名字開設的「一山沐」石板屋，點一杯多納本產或來自桃源藤枝寶山的高山咖啡，搭配女主人Mege自製的馬告司康、肉桂捲，風味颯爽。天熱時，山民用自家種植醃漬的紅肉李、鳳梨、桑椹製作的愛玉冰真是消暑聖品；飢腸轆轆時，也能從咖啡店對門的餐飲店叫來石板烤肉、部落香腸加咖啡，出乎意料的速配。想吃得更澎湃些，可以外帶咖啡到餐廳密集

沈浸式賞蝶體驗 季節限定

茂林紫斑蝶與墨西哥帝王斑蝶並稱全球唯二蝶谷景觀。台灣有約莫四百種蝴蝶，單位面積世界第一，其中也有像候鳥一樣會跟著季節遷徙的，例如紫斑蝶。春夏在全台各地繁殖，秋冬隨東北季風往南部過冬，茂林處於紫斑蝶群聚越冬最主要的路徑上，有避風的谷地、山凹地形及完整的森林覆蓋，十一月到翌年二月吸引百萬隻紫斑蝶過境，形成「蝴蝶瀑」、「紫蝶幽谷」生態現象。從多納村最深處綠林環抱的多納國小開始，往外到多納高吊橋、茂林谷，以及種著香澤蘭、高士佛澤蘭、蕾絲金露花、紫花長穗木多種蜜源植物的姿沙里沙里步道、瑟舍賞蝶步道等景點，甚或是路邊草叢樹下，在每一個微





## Info

旅遊資訊

- 馬里山農場/高雄市桃源區寶山巷84-2號/0912-987-358
- 南橫玉穗相思咖啡/高雄市六龜區寶來中正路105-11號/0939-101-659
- 茂林遊客中心暨紫蝶3D視聽館/茂林區茂林里1鄰16號/07-680-1111
- 斯斯葛野氏餐廳/高雄市茂林區林巷13-5號/0988-877-614 (週一公休)
- 遠山望月/花賞溫泉公園 /高雄市六龜區寶來二巷/07-688-3361
- 樣仔腳文化共享空間/高雄市六龜區寶來里樣仔腳32-8號/07-688-3651

## 溫泉·麵包·品咖啡

風晴天、陽光普照，氣溫約攝氏廿二度至廿七度的上午，紫蝶會像上班打卡一樣的準時出現，做日光浴，像滑翔翼一般的穿梭林間尋花覓食、吸水、求偶追逐，忙進忙出，整個茂林就像個沒有邊界的露天蝴蝶博物館，完全沈浸式的賞蝶體驗，壯闊浪漫。

荖濃溪畔的六龜寶來風土滋潤，催生出金煌芒果、台灣原生山茶和本產胡椒等極具特色的農產，咖啡種植雖不多，但全國性指標性賽事「竹梅源台灣精品咖啡大賞」起源地就在這裡。竹梅源咖啡莊園主理人王源林認為，國產咖啡栽培技術一日數進，天時地利人和具足，已是國際精品咖啡的頂標選擇。為激勵咖啡小農更上層樓，他登高一呼，二〇二一年在高雄首度舉辦賽事，第二屆邀請台灣首位 WBC 世界咖啡沖煮大賽冠軍王策、世界咖啡大賽烘豆冠軍賴豆權、世界咖啡杯測大賽冠軍劉邦禹等頂尖人士評審，吸引咖啡好手齊聚競技。賽事風風火火，他則進一步在南橫的向陽坡地上，復育名列 CCO 瀕危物種紅皮書與台灣植物紅皮書瀕危等級 (mz) 的台灣特有種肖楠，樹下就是咖啡園，甜度高、酸度夠、風味純粹明亮，明年將送往海外參展，讓國產咖啡在世界舞台繽紛綻放。

玉穗相思咖啡園主許進添十多年前為照顧母親返鄉，突發奇想，在竹林休閒農業區排水良好的陡坡上種植阿拉比卡咖啡樹，因時間有限又人手不足，常常不得不放著野生野長，他笑：「種出來的咖啡卻是甜感、木質調和花果香兼具，讓人聯想到高山清鮮的空氣和幽靜的森林。」遠道而來想嚐鮮，幾包濾掛咖啡就是旅行良伴！到遠山望月花賞溫泉公園泡湯品咖啡，或是到飄著麵包香的樣仔腳文化共享空間、蝶手作烘焙坊，用揉入南瓜、紅豆的毛線球麵包





照片提供/大田社區發展協會

**Info**  
旅遊資訊

- 蝶手作烘焙坊/  
高雄市六龜區大津里2號/0989-370-885
- 仙香飲食店/  
高雄市甲仙區文化路75-1號/07-675-1142 (週二公休)
- 甲仙貓巷/  
高雄市甲仙區林森路40巷 (甲仙郵局旁)
- 大田社區甜農直販所 /  
高雄市甲仙區新興路49-1號/07-675-2640

官將首在迎神活動中是負責保護主神、壓煞的大將，面部裝飾有假眉、兩鬢及獠牙，步伐陽剛、面貌凶惡，但甲仙的「將翎」一反傳統，改為女子擔綱，柔化了陣頭扮相，酷帥又美別具吸引力，記得事先向社區打聽出陣日期，才有機會一睹風采。貓巷全年無休，但想遇到怠忽職守的「值班人員」橘子貓和經常搞失蹤的巧虎貓，還真得碰運氣。至於比比登，雖然飲食店老闆謙稱不知為何得獎，但常到甲仙六義山及附近小百岳健行的登山客會告訴你：芋香筍扣肉、芋香雞湯、芋頭丸酥、黃荊客家小炒、薑黃雞，料多味美價廉，照著點，吃完會像那比比登推介上的米其林寶實一樣舔唇吮指，身心都火熱生香！

在「芋筍之鄉」甲仙，咖啡長出了另一種親切溫暖的模樣。為活絡地方，大田社區里長張琪在山上種咖啡，一邊動員社區關懷據點的老人家們，在社區活動中心開咖啡館和農產直販所，由這批「爺奶級服務生」親手為客人奉茶端咖啡。「因為手抖端到客人前只剩半杯，所以叫半杯咖啡館」，逗得遊客也開起玩笑：「先四處玩玩，回程再來喝剩下的半杯。」甲仙除了芋頭酥、芋頭冰必吃必買之外，近日還有必遊三大熱點：廟會慶典新女神團體—大田社區「將翎」女子官將首，佈滿彩繪喵星人與繽紛七彩雨傘的貓巷，以及高雄市首次納入米其林必比登推介、唯一入選的山區小店仙香飲食店。

**「半杯咖啡」背後有洋蔥**

或是金煌芒果乾、桂圓麵包、山蘇捲、藜麥可頌，佐著咖啡吃一輪，像是在舌尖上逛了一圈六龜小農果園，品飲了在地寧靜安適的生活面貌。



照片提供/大田社區發展協會



# 型農本色 回函抽獎活動

感謝您閱讀《型農本色》重啟人生號。只要填寫回函並於2023年12月10日前郵寄至《型農本色》編輯部收，就有機會獲得型農大聯盟皮革面紙套一個，共10名。



單元

非常喜歡

喜歡

普通

不喜歡

很不喜歡

封面故事 Cover story






跨界推薦 People






好食料理 Yami Cook






農業上下游 Factory






農情交響曲 Symphony






新農閱事 Reading






農業風向球 Global Eye






食路小旅行 Travel






1. 歡迎與我們分享喜歡的單元，或是刊物讀後感想~~
2. 其他想跟我們分享的點滴歡迎填寫後寄回給編輯小組，就有機會參加抽獎或刊登到未來的期刊喔。

## 基本資料

姓名：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

※資料請詳實填寫，  
以便寄送贈品。  
本活動僅限台澎  
金馬地區讀者參  
與。

※得獎名單將於  
2023年12月15日  
公布於  
「型農大聯盟」臉書。



## 讀者迴響

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# 讀者心聲

Reader's Voice

交流園地

歡迎各方英雄好漢提出建議，我們願與您一同前進。

讀者意見

非常喜歡 [好食料理]  
酸甜香醇 夏滋味  
以酸甜的黃金果做成的  
莎莎醬，搭配爽口的  
蔬菜棒，清新好入口，  
口感清爽，打造屬於夏日  
的好滋味。

祐鈺

讀者意見

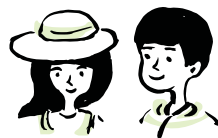
總是滿心期待每期介紹的  
水果，達人們不藏私傳授  
栽培技術跟職人精神，  
還有介紹私房料理，每一  
樣都感到收穫滿滿。

慧芳

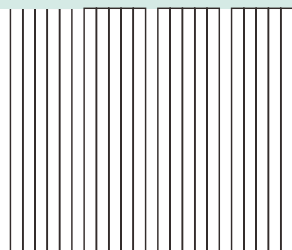
讀者意見

農業的轉型很需要年輕  
的生力軍來激盪及創新，  
而型農本色正是一個有溫  
度的資訊平台，讓更多人  
知道在地的小農特色及  
用心。

琇秀



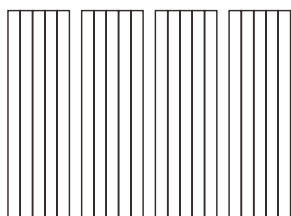
寄件人  
地址：   市/縣  鄉/鎮/市/區  
 路/街  段  巷  弄  號  樓



請貼  
8元  
郵票

830 高雄市鳳山區光復路二段132號

高雄市政府農業局 收  
『型農本色』編輯部



對折裝訂處

請沿虛線撕下後對折裝訂寄回，謝謝！

秋季  
Vol.42 重啟人生號  
Autumn 2023

# 型農本色

發行人：張清榮  
發行單位：高雄市政府農業局  
地址：高雄市鳳山區光復路二段132號  
網址：<http://agri.kcg.gov.tw>  
電話：07-799-5678

編輯委員：賴青宜、黃群中  
企劃製作：安秊策略整合行銷有限公司  
企劃編輯：黃瑋如、陳慧如  
藝術總監：許志誠  
執行編輯：鍾文萍      文字：鍾文萍、張筓、彤彤魚  
攝影：大飛、楊智仁  
美術設計：誠食貨美學設計  
出版日期：2023年11月

版權所有，非經同意，不得做任何形式之轉載或複製。

歡迎加入「型農大聯盟」臉書粉絲團及Line官方帳號，與我們分享您對於農業（一級產業）x製造業（二級產業）x服務業（三級產業）的想法！

每期《型農本色》可於「型農大聯盟」網站下載電子版本，或查詢免費索取地點。

如何索閱《型農本色》

一年發行4期，以印刷品寄出(每期16元郵資)，請備妥索閱期數之郵票（如：4期為64元郵票），註明索閱「型農本色刊物」及姓名、郵寄地址、聯絡電話，寄到「830高雄市鳳山區光復路二段132號 高雄市政府農業局 農民組織科 收」我們將從最新一期刊物開始寄送給您~

## Coming soon

型農本色 Vol.43 冬  
預定2023年 12 月發行



用行動支持

f 型農大聯盟 | Q



用真心感受

型農大聯盟 | Q



用文字互動

LINE 型農大聯盟



c'est si bon

小日子 X

型農大聯盟  
KAOHSIUNG FARMERS LEAGUE

11th  
Empower  
agriculture  
Anniversary

# 型農大聯盟

KAOHSIUNG FARMERS LEAGUE

高雄市政府農業局自 2012 年起創立「型農大聯盟」品牌，透過農產品牌整合行銷，推動農業發展及農業產業升級，讓在地青年農民、返鄉的農二代或務農新手都有入門管道，得以在自己的基礎上透過各類課程或輔導機制，不斷優化，站穩從農之路，共創農業美好未來。

閱讀小日子官網看更多專訪



熱情的農夫，理想的生活！來自高雄！



型農大聯盟



小日子