

《新品上架》

- ▶ 善糧白肉雞雞腿(去骨) 285 元/320g—11/18 起供應
- ▶ 善糧白肉雞雞腿 275 元/500g—11/18 起供應
- ▶ 善糧白肉雞雞腿剝塊 285 元/500g—11/18 起供應
- ▶ 善糧白肉雞雞翅 130 元/6 支—11/18 起供應

生產者為江森，雞隻成長過程餵食非基改飼料(非基改玉米和黃豆等原料)、完全不投藥。

《恢復供應》

- ▶ 紫高麗苗(環保級) 100 元/120g—11/16 起供應

生產者為綠藤，紫高麗苗富含維生素 C、膳食纖維，可帶來飽足感並協助消化。芽菜可直接取食、或加上其他蔬果、堅果打成精力湯，營養更豐富。

- ▶ 香檬原汁 200 元/300ml—12/2 起供應

生產者為永信，支持台灣在地原生種、不使用農藥栽種，以整顆連皮榨取，100%香檬原汁，具獨特香氣、無防腐劑、無香料，冷熱飲皆宜，也可搭配沾醬食用。

- ▶ 起司包 175 元/500g—11/25 起季節性供應

生產者振鈺，配合合作社的需求，開發出減少使用添加物的起司包，歡迎社員多加利用!

- ▶ 黑糯米湯圓 75 元/200g—12/2 起季節性供應

生產者為餐御宴。使用合作社指定之圓糯米及黑糯米，採傳統水磨法製成湯圓皮，口感細緻滑順。使用指定黑芝麻做為內餡，香滑順口。無添加防腐劑、澱粉改良劑及乳化劑。

- ▶ 鹹肉湯圓 107 元/200g—12/2 起季節性供應

使用合作社指定友善種植圓糯米、信功豬肉、糯米粉、地瓜粉、豆麥醬油、無染色蝦米及香菇製作；搭配水磨製作的 Q 彈湯圓皮。湯圓皮不使用玉米糖膠，冷凍時有裂紋，屬正常現象。

主婦推薦

- ▶ 台灣米漢堡(打拋雞) 330 元/960g/6 入

生產者為喜生，使用指定台梗九號米，製作成米飯口感 Q 彈，內餡使用合作社白肉雞雞胸肉、豆麥醬油並結合辣椒、檸檬汁、香茅、檸檬葉、九層塔原料，調理出泰式微辣酸甜好風味。

- ▶ 台灣米漢堡(三杯雞) 350 元/960g/6 入

生產者為喜生，指定使用台梗九號米，製作成米飯口感 Q 彈，內餡使用合作社白肉雞雞胸肉、豆麥醬油及胡麻油調味，手採九層塔嫩葉，細緻好入口香氣十足。

供應量不足說明

- ▶ 優質葡萄乾(中)600g-豪紳

產品檢驗中，預計 11 月底恢復供應。

停止供應品項

- ▶ 雜糧飯 300g-智立

因利用狀況不佳，待現有庫存售罄後停止供應。

價格異動

品項	原價	新價	起始日期
白精靈菇(環保級)名間 200g	52	55	11/27
因季節性價格調整，故調整定價。			
紅豆湯圓(餐御宴) 200g	72	86	12/2
花生湯圓(餐御宴) 200g	82	92	
小湯圓(餐御宴) 200g	55	58	
因原料、製程與人工成本變動，故調整定價。			

《優惠中品項》下列表格內品項，原 9 折身分社員不再重複優惠。

品項	原價	優惠價	日期
杭白菊 70g	244	244/2 件	即日起 至 2020/1/21 止
黃金菊 70g	255	255/2 件	
因庫存量高，有效期疑慮，鼓勵社員利用。			
公平貿易有機綠豆 500g	195	166	即日起 至利用完為止
石斑魚頭(半邊)	270/2 件	230/2 件	
因利用速度趨緩，鼓勵社員利用。			
有機棉短袖 T 恤(我是合作人) 140cm	420	199	即日起 至 12/29 止
因利用量趨緩，故進行優惠出清。			
活萃洗面乳 100ml	760/2 件	699/2 件	11/18 起 至 12/14 止
純粹保濕精華液 30ml	1060/2 件	965/2 件	
順其自然卸妝油 200ml	1620/2 件	1411/2 件	
生產者主動提供優惠，歡迎社員多多利用。			
紅薏仁沖調粉 150g	105	74	即日起 至 12/2 止
因庫存量高，有效期疑慮，鼓勵社員利用。			
長秈白米(宜蘭)3kg	310	295	即日起 至 12/1 止
長秈糙米(宜蘭)3kg	300	285	
生產者陳晉恭 3 公斤的米袋因容易失真空，為希望加速利用完該包材，讓生產者可盡快替換合宜的新包材，故進行優惠。			

※班個配訂單截止日在優惠期間內即享有優惠，以各班員單筆訂單計算。

糯高粱檢驗結果異常之退費說明

合作社進行 10 月份例行性架上產品抽驗時，發現批次 2022.03.30 效期之糯高粱，檢驗出總黃麴毒素 3.6ppb(法規容許量 4.0ppb)符合國家標準，但黃麴毒素 B1 檢出 3.3ppb(法規容許量 2.0ppb 以下)，不符合國家標準，故於 10 月 29 日立即下架並暫停供應此產品。

◎退費時間：11 月 25 日(一)~12 月 14 日(六)止

凡 7 月 22 日(一)~10 月 29 日(二)期間，於站所利用過糯高粱之社員，若收到合作社通知，請洽原利用站所辦理退費，若家中還有該產品，請攜至站所退回。班個配社員將於 11 月份貨款扣除。

※註：若以黃麴毒素 B1 餵食實驗動物，其 LD50(半致死量)介於 0.5~10mg/kg X 體重。此檢出量換算攝取量達 151.52 公斤~3,030.30 公斤 X 體重之糯高粱會產生急毒性(ex.60 公斤體重的成人要吃下 9,091.2 公斤~181,818 公斤)。

水果情報與新農友介紹

►新農友林浴沂的惠蜜蘋果即將供應囉！

「惠」品種蜜蘋果屬結蜜率高的品種，有「花惠」與「紅惠」兩品種，一般農友田間均會混植，且外觀與口感差異不大，故均以惠蜜蘋果進行統稱。台灣蜜蘋果產季僅 11-12 月，一年一收，歡迎社員多多利用與支持！

- 產地：台中武陵
- 自主管理等級：安全級
- 品種：惠蜜蘋果 (花惠與紅惠混合)
- 供應品項：
 - 惠蜜蘋果 2.8-3.6 兩/顆 - 185 元/台斤
 - 惠蜜蘋果 3.6-4.4 兩/顆 - 200 元/台斤
 - 惠蜜蘋果 4.4-5.2 兩/顆 - 215 元/台斤
 - 惠蜜蘋果 5.2-6 兩/顆 - 235 元/台斤
- 保存方式：冷藏保存

【農友介紹】

林浴沂，尚蘋果園的經營者，在梨山種植果樹已超過 40 個年頭，為了讓蘋果更香甜、安全，使用加入牛奶和優酪乳的有機肥，且再幼果時逐一套袋，減少農藥的施用。

1976 年台灣發展休閒農業，中興大學也在林大哥的田區廣種針葉木，並規劃林間步道，使得林大哥的田區有自然的針葉林做為防風屏障，也發展成觀光果園，開放遊客自行採摘以結合食農教育，分享種植蘋果的經驗。

食譜推薦

►綜合菇菇濃湯(約 3~4 人份)

【材料】

有機綜合菇 20 公克、洋菇 200 公克、洋蔥半顆、蒜頭 4 瓣、雞高湯 500cc 或水、鮮奶油 100cc 或鮮奶 200~300cc、香菇水約 100cc、橄欖油 2 大匙、鹽適量、黑胡椒碎粒適量

【作法】

- 1.先將有機綜合菇加水浸泡至泡開，取出其中的杏鮑菇片切成小塊，再將其他泡開的菇類瀝乾備用。
- 2.洋蔥切小丁、蒜頭切碎、洋菇切丁。
- 3.取出湯鍋，加入橄欖油、洋蔥、蒜碎，炒至洋蔥變透明後，放入瀝乾的綜合菇進行翻炒，待炒香後，再放入洋菇炒至金黃色，放入香菇水、雞湯熬煮 15 分鐘。
- 4.將步驟 3，倒入果汁機或食物調理機打碎成泥，將濃湯倒入鍋中放入鮮奶油或牛奶調整濃稠度，起鍋前放入調味料調味即可起鍋。

【小撇步】

當綜合菇炒香後，可取出少部份，於最後擺盤時備用。

►綜合菇菇燉飯(約 3~4 人份)

【材料】

白米 1 杯半、洋蔥半顆、蒜頭 4 瓣、有機綜合菇 20 公克(半包)、洋菇 100 公克、去骨白肉雞雞腿 2 隻、雞高湯 600cc、香菇水 100cc、白葡萄酒或米酒 30cc、鹽適量、黑胡椒碎粒適量、高達起司或莫札瑞拉起司 100 公克、百里香適量

【作法】

- 1.有機綜合菇加水浸泡至泡開，取出杏鮑菇片切小塊，綜合菇擠水備用。
- 2.洋蔥切小丁、蒜頭切碎、洋菇切丁。
- 3.去骨雞腿取適量鹽醃漬 10 分鐘，取一煎鍋熱鍋，將雞皮朝下以中小火乾煎至金黃色翻面，續煎至雞腿肉至金黃色，取出靜置 5~10 分鐘，將雞腿切塊備用。
- 4.雞腿煎出雞油放入洋蔥、蒜頭炒香，放入白米炒至半透明，分次放入酒、香菇水、雞高湯將湯汁炒乾後分三次加入，最後一次放入高湯時，將雞腿塊、調味料、百里香放入一起拌炒。
- 5.燉煮至米心稍硬 Q 即可起鍋。

【小撇步】

- 1.不喜酒類可不加。
- 2.避免湯汁一次加入易導致米過於糊化變成粥。
- 3.米硬度可依喜好調整水量與拌炒時間。