

新品上架

▶ 日本生干貝-M，1kg，1450元，11/9起全社限量供應

▶ 日本生干貝-L，1kg，1650元，11/9起全社限量供應

生產者為元家，指定北海道海域生產的生干貝，風味特別鮮美。日本原裝進口，不經發藥處理，進口後不包冰、不解凍再製。

▶ 茉莉包種，50g，400元，11/9起全社限量供應

生產者為花壇農會，產地花壇鄉，是台灣茉莉花的大產地。使用本土雙瓣茉莉花，精油香氣充足，包種茶來至新北平溪春茶，利用茶葉吸香，香花吐香之原理「窰花拼和」，香氣淡雅融合。

▶ 高山茉莉金萱，100g，900元，11/9起全社限量供應

生產者為花壇農會，產地花壇鄉，是台灣茉莉花的大產地。使用本土雙瓣茉莉花，精油香氣充足，金萱茶來至高海拔的嘉義梅山春茶，利用茶葉吸香，香花吐香之原理「窰花拼和」，香氣淡雅融合。

恢復供應

▶ 桂圓茶磚4入，310g，100元，11/2起全社供應

生產者達益，使用指定桂圓肉，不添加人工香料、色素與防腐劑。內含桂圓肉，稍加熬煮風味更佳。

▶ 鹽炒腰果，150g，165元，11/2起全社供應

生產者為寶綠。無人工添加物，原料單純，腰果以食鹽手工翻炒製作，經過多次手工過篩去除鹽粒；腰果香脆中帶有淡淡的鹹味，不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。季節性供應。

▶ 核桃果子，150g，142元，11/2起全社供應

生產者為寶綠。無人工添加物，原料單純，以核桃、不漂白麥芽糖與冰糖手工製作，口感清脆中帶有微甜的核桃香；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。

▶ 杏仁酥，200g，180元，11/2起全社供應

生產者為寶綠。以低溫慢火焙炒堅果，使杏仁片的氣味飄香，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖製成；純手工製作，原料單純，低糖配方，口感酥脆不黏牙；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。

▶ 芝麻酥，250g，175元，11/2起全社供應

生產者寶綠。為更精準掌控芝麻熟度，更換芝麻粒來源，改用生的芝麻粒人工小鍋炒熟後製作，製程及品質不變；純手工製作，低溫慢火焙炒，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖，製成低糖配方的美味堅果酥糖。

▶ 南瓜子酥，200g，185元，11/2起全社供應

生產者寶綠。以低溫慢火焙炒堅果，使南瓜子的氣味飄香，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖；純手工製作，原料單純，低糖配方，口感酥脆不黏牙；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。

▶ 酸菜白肉鍋底，1200g，260元，11/2起全社供應

使用本社契養雞隻之雞腳熬煮高湯為基底，結合本社多種的指定原料進行製作，不添加鮮味劑呈現食材最自然的風味，歡迎社員多加利用。

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
原味鮮乳冰淇淋(四方)-600g	290	232	11/9 起至 2021/6/4
巧克力鮮乳冰淇淋(四方)-600g	290	232	
原味鮮乳冰淇淋(四方)-64g	45	36	
巧克力鮮乳冰淇淋(四方)-64g	45	36	
季節性品項，利用速度趨緩，鼓勵社員利用。			
帶皮五花肉條(中央畜牧場) 600g	255	217	10/19 起
生產者為中元優惠準備的數量尚有餘量(效期為 2020/11/8)，故同步優惠社員，因運輸限制，僅限於北北、北南站所供應。			
虱目魚香絲 50g/包	90	72	10/19 起至 11/19
冬瓜糖磚 310g/4 入	95	71	10/19 起 至利用完為止
冬瓜茶凍磚 310g/4 入	110	83	10/5 起 至利用完為止
義式香草黑豆 200g	200/2 件	100/2 件	8/10 至 12/8
黑胡椒蒜味黑豆 200g	200/2 件	100/2 件	
因利用速度趨緩，歡迎社員利用。			

優惠中品項以下表格內品項，原 9 折身分社員可再享折扣優惠。

品項	原價	優惠價	日期
冷凍有機毛豆莢(看天田)	145	116	11/9 至 12/26
看天田回饋社員長久支持，鼓勵社員利用。			
有機綜合菇 40g	140	115	10/1 起 至利用完為止
有機三色藜麥 400g	355	290	8/10 起 至利用完為止
因利用速度趨緩，歡迎社員利用。			

※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

價格異動

品項	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間
鹽炒腰果	150g	寶綠	170	165	11/2 起
核桃果子	150g		138	142	
芝麻酥	250g		170	175	

進口原料價格異動及成本率調整。

暫停供應

► 優質葡萄乾(中)，600g

生產者為豪紳，因更換供應商，暫停供應。

停止供應

長秈糯米(銀川)，1kg

預計轉生產者自有品，做季節性供應，目前庫存利用完為止。

當季水果

► 梨山林浴沂的惠蜜蘋果開始供應囉！

梨山惠蜜蘋果，酸甜清脆的風味及口感，是專屬於國產蘋果的好味道！

【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，年輕上山開始學習落葉果樹的種植技術，一待就是幾十個年頭，而兒子也跟隨父親的腳步在梨山有了自己的田區。林大哥說為了讓蘋果更香甜、更安全，他使用加有牛奶和優酪乳的有機肥，且在幼果時逐一套袋，減少農藥的施用。而因台灣發展休閒農業，規劃林間步道，使得林大哥的田區有自然的防風屏障，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。

【供應品項】

- 梨山惠蜜蘋果 6-7 兩(安全優)林浴沂-台斤，售價：260 元/斤
- 梨山惠蜜蘋果 5.2-6 兩(安全優)林浴沂-台斤，售價：230 元/斤
- 梨山惠蜜蘋果 4.4-5.2 兩(安全優)林浴沂-台斤，售價：216 元/斤
- 梨山惠蜜蘋果 3.6-4.4 兩(安全優)林浴沂-台斤，售價：201 元/斤
- 梨山惠蜜蘋果 2.8-3.6 兩(安全優)林浴沂-台斤，售價：186 元/斤
- 梨山惠蜜蘋果 10-13 顆(安全優)林浴沂-3 斤/盒裝，售價：700 元/盒
- 梨山惠蜜蘋果 6-9 顆(安全優)林浴沂-3 斤/盒裝，售價：830 元/盒

【保存方式】

梨山惠蜜蘋果多數為”花惠”品種，其果皮帶有紅黃色斑，口感極脆。在海拔高的地區，溫差大，較容易結蜜，但因結蜜屬果實的自然現象，難從外觀判斷，因此無法確保每顆都有結蜜情況，需請社員理解。台灣蜜蘋果產季僅 11-12 月，一年一收，請社員多多利用支持。冷藏保存可冰存約 10-15 天。



當季水果

►大禹嶺劉春長的北斗蘋果即將供應！數量有限，要搶要快！

北斗蘋果，初期果皮微青綠色，向陽面呈紅色，甜度高，酸度低，具有特殊蜜香氣。

【農友介紹】

農友劉春長，果園位於南投大禹嶺，大禹嶺離梨山約半小時車程，當地以高山茶園及蘋果園聞名，農友果園海拔約 2550 公尺，是目前台灣最高海拔的蘋果生產基地。劉春長大哥現年六十多歲，小學畢業就跟隨父母到梨山種植水蜜桃、高接梨、蘋果等溫帶水果。與太太結婚後，輾轉找到現在的大禹嶺園區。大禹嶺雨量比梨山多，栽培蘋果的難度比梨山地區更高；但也因為大禹嶺海拔比梨山高，日夜溫差大，所以蘋果結蜜的機率也較大。農友採減農藥栽培及草生栽培，全程不施用除草劑。

【供應品項】

- 北斗蜜蘋果大(安全優)劉春長-台斤，售價 315 元/斤
- 北斗蜜蘋果中(安全優)劉春長-台斤，售價 260 元/斤
- 北斗蜜蘋果小(安全優)劉春長-台斤，售價 215 元/斤

今年大禹嶺地區缺雨水，因此蘋果規格會以中小果居多，大果較少，請社員理解！

【保存方式】

因完熟度較高，儲藏時間較短，若喜歡清脆口感的社員建議冰存 5 天內食用。

當季水果

►農友廖文扶的健康級綠肉獼猴桃即將開始供應！

【農友介紹】

廖文扶大哥田區位於梨山，不同於山上多數的梨子或是蘋果產業，農友選擇較少人種植的獼猴桃及水蜜桃，因山上日夜溫差大，獼猴桃品質佳，甜度高。國內少有農友生產獼猴桃，能夠使用的農藥極少，因此農友今年挑戰全程不用農藥，且放入大量有機質肥料提高果實品質，雖說今年產量依然不如預期，但為求無農藥殘留，農友甘之如飴，更期許未來能夠再提升產量，能夠讓每一位社員利用到本土生產的獼猴桃！

【保存方式】

若果實尚硬請於常溫下放置到頭尾輕壓以軟熟凹陷即可食用，若想加速熟成可以與蘋果或香蕉一起置放於塑膠袋中密封。

【供應品項】

- 綠肉獼猴桃小(健康優)廖文扶-台斤，售價：112 元/斤
- 綠肉獼猴桃中(健康優)廖文扶-台斤，售價：143 元/斤
- 綠肉獼猴桃大(健康優)廖文扶-台斤，售價：175 元/斤
- 綠肉獼猴桃特大(健康優)廖文扶-台斤，售價：210 元/斤



當季水果

►張源益的健康級富士蘋果穩定供應中，社員可多加利用！

【保存方式】

富士蘋果外皮鮮紅，黃綠中帶有紅色條紋，其脆度中等，但甜度高，酸度低，多汁，具有特殊香氣。若喜愛清脆口感建議冷藏後於 5~7 天內食用完畢。

【供應品項】

- 富士蘋果小(健康優)張源益-台斤，售價：165 元/斤
- 富士蘋果中(健康優)張源益-台斤，售價：210 元/斤
- 富士蘋果大(健康優)張源益-台斤，售價：240 元/斤
- 富士蘋果特大(健康優)張源益-台斤，售價：270 元/斤

當季水果

►脆甜好滋味的林瓊珠環保級甜柿開始供應！

【農友介紹】

林瓊珠和先生潘源田的果園位在南投縣仁愛鄉海拔 1300 公尺處的春陽村，原本家中是開農機行，因擔心工作中吸入太多廢氣，於是轉換跑道相關度高的農業生產領域。因原先工作的關係和多位農友結識，看到了農藥在農友身上留下的傷害，因此決定一家人走上有機耕作的道路，堅持不使用化肥、農藥，勤勞巡園修剪病株，替果實套袋來防護蟲咬，果園也採草生栽培，地表草根深厚，土壤不易流失又保水。

甜柿屬於溫帶落葉果樹，在台灣本就種植不易，農友又採有機耕作，對付病蟲害更加不易，去年甚至因為氣候不順，都沒有收成，而今年總算結實累累，讓林瓊珠一家總算能展開笑顏，歡迎社員多加利用。富有甜柿外表紅黃色，甜度高，果肉細緻，約在 11 月初後開始採收供應。

【供應品項】

- 富有甜柿 6A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：155 元/斤
- 富有甜柿 7A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：165 元/斤
- 富有甜柿 8A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：180 元/斤
- 富有甜柿 9A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：195 元/斤
- 富有甜柿 10A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：210 元/斤
- 富有甜柿 11A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：225 元/斤
- 富有甜柿 12A(環保優)林瓊珠-台斤，售價：235 元/斤
- 富有甜柿 9A(環保優)林瓊珠-10 顆/盒裝，售價：1680 元/盒
- 富有甜柿 10A(環保優)林瓊珠-8 顆/盒裝，售價：1680 元/盒
- 富有甜柿 12A(環保優)林瓊珠-6 顆/盒裝，售價：1680 元/盒

【保存方式】

甜柿可置於通風處常溫保存約 3~5 天，但若喜愛清脆口感者則會建議在柿子尚未變軟前就先放入冷藏保存。甜柿也會後熟，若喜愛甜度高，果汁多且口感綿密的社員也可以將甜柿放置袋中催熟，等柿子變軟後再食用，享受柿子另一種吃法。



新農友介紹

► 蔬菜新農友－陳心瑋的圓山藥即將供應！

陳心瑋與一群有志從農的夥伴們共同耕作，他們皆曾在菜菜子教育農場一同學習與成長，後來有機會與現在農場的地主承租土地，也因此開啟了從農之路。產地位於台北市的陽明山，水源為山泉水，環境天然獨立。農場種植多樣的作物，包括冬季的葉菜、荷蘭豆、包心白、圓山藥等，夏季有綠竹筍、甜玉米、絲瓜、黃秋葵等，皆為無農藥、無化肥栽種。初次預計供應圓山藥，口感綿密，入口即化！

【供應品項】

圓山藥，一斤裝一袋

