

新品上架

▶ **台灣山茶花籽油(苦茶油)**，300ml，2000 元，3/8 起全社供應

生產者為金椿，以當季本土小果苦茶籽為原料，初榨苦茶油富含葉綠素、多酚等營養價值，單元不飽和脂肪酸含量甚至高於橄欖油(可達 80%以上)，口感滑順。過程採低溫壓榨、自然沉澱的方式過濾，留住完整營養及果香，可直接生飲、拌麵，顧健康也顧美味。

▶ **泡菜豬肉水餃**，1050g/50 粒，280 元，3/15 起全社供應

選用指定原料，包含花肉品社的腿肉及豬油、新來源韓式泡菜、益香豆麥醬油及農友的青蔥、高麗菜。口感爽脆不膩，麵皮部分比例添加本土小麥，水餃採純手工捏製、餡料飽滿。

恢復供應

▶ **單人床包(紫色)**，素紫；單一色，1220 元，3/1 全社限量供應

▶ **雙人床包(紫色)**，素紫；單一色，1460 元，3/1 全社限量供應

▶ **枕頭套(紫條紋)**，正面：紫條紋；背面：素紫，270 元，3/1 全社限量供應

▶ **單人被套(紫條紋)**，正面：紫粗條紋拼接紫細條紋；背面：紫細條紋，1700 元，3/1 全社限量供應

▶ **雙人被套(紫條紋)**，正面：紫粗條紋拼接紫細條紋；背面：紫細條紋，2095 元，3/1 全社限量供應

▶ **夏被(紫條紋)**，正面：紫粗條紋拼接紫細條紋；背面：紫細條紋，2285 元，3/1 全社限量供應

▶ **雙人兩用被(紫條紋)**，正面：紫粗條紋拼接紫細條紋；背面：紫細條紋，3360 元，3/1 全社限量供應

生產者為知蓮，使用的有機棉原料來自土耳其，從棉花、紡紗、織布、染整等所有生產流程均符合 GOTS 有機紡織品認證規範台灣製造，織品精煉染整製作過程中堅持著以下原則：不添加螢光增白劑、不使用甲醛、氨、苯、酚等化學物質與偶氮染料、不使用對環境造成污染的氯系漂白劑；使用氧系漂白劑—過氧化氫。「零負擔」的有機棉織物，除了減少化學物質引起皮膚不適，觸感柔軟具有透氣性與保暖功能，也是關愛生態的安心織品。數量有限！趕緊來為自己及家人準備安心舒眠的好寢具。

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
鮮乳坊豐樂鮮乳 936ml /瓶	112	105	3/1 起至 3/31
原味鮮乳冰淇淋(四方) 600g	290	232	2020/11/9 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。			

※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。

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
有機綜合菇 40g	140	115	2020/10/1 起至 利用完為止
因利用速度趨緩，鼓勵社員利用。			

價格異動

品項	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間
杏鮑菇(環保級)	300g/盒	葦優	70	65	3/1 起至 8/31
黑美人菇(環保級)	150g/盒		50	45	
陶立克(環保級)	180g/包		65	60	
季節性變價					
金針菇(環保級)	200g/包	隆谷	24	16	3/1 起至 8/1
柳松菇(環保級)	300g/包		72	59	3/1 起至 7/31
新鮮白木耳(環保級)	200g/包		92	98	3/1 起至 11/30
鴻喜菇(環保級)	180g/包		41	34	3/1 起至 8/31
季節性變價					
秋刀魚	4 尾/包	利豐	115	130	3/15 起
近年因日本秋刀魚產量銳減，價格攀升，生產者不敷成本，故做價格異動。					

供應狀況

▶ **樂亞蜜有機三色藜麥，400g/包，預計恢復時間 4/14**

生產者為馥聚，生產者配合加工廠產線全滿，最快需至 4 月初始得安排包裝。

▶ **黃梅軟糖(全素)，2.5g/包，預計恢復時間 3 月底**

生產者為咪咪樂，外箱用進口回收紙缺原料。

暫停供應

▶ **新高山有機全麥粉，600g，即日起暫停供應**

生產者為喜願行，因目前碾製場停產，確認新碾製廠後恢復供應。

產品品質說明

▶ **黑豆布朗尼調整品名說明**

產品名稱將與產品標籤命名一致，調整為「黑豆桂圓布朗尼」，其內容物、原料不變，僅命名名稱上調整。

▶ **原味寬麵內小束帶包裝移除說明**

原包裝將麵條分裝成 3 小束，因單束包裝規格 150g 過大，上機台包裝整束時，紙束帶易斷裂，自 3 月起製造的原味寬麵，將移除內包裝所使用的小束帶，麵條直接入袋包裝，其規格不變。

當季水果

► 自然農作實驗家-吳金洺大哥的鳳梨釋迦和枇杷上市囉！懇請支持！

【農友介紹】

吳金洺家中從小務農，從祖父時代便開始種植香丁、枇杷、釋迦和鳳梨，但是採慣性農法種植，為了求產量多，密集栽種並大量噴灑農藥以防治病蟲害，因聽多了鄰近農家常發生農藥中毒的例子，1997年當吳金洺大哥夫婦倆決定回家接手父親的農務，他們思考另一種農作的可能性，不用農藥、肥料是不是也能種出甜美的果實呢？一開始索得很辛苦，第一年幾乎看不到綠色的釋迦果實，全被介殼蟲危害，外皮又黑又白，而枇杷樹幹上一整排刺蛾幼蟲，把農場裡的工人都嚇跑了，曾經一個晚上整株果樹的葉子都被啃光光，但金洺大哥說，他對蟲免疫了。農友除了施行自然農法外，多年前將農場改以農牧綜合經營，以人道的方式飼養適合在果園生長的家禽，吳金洺說：「家禽的數量控制也是個學問，要保持草地不裸露，若雞鴨的量太多把草都給吃光了，糞便也會太多也會造成失衡，所以過與不及都不好，這些都是他累積多年經驗才換來的平衡。」這幾年黑面鳳梨釋迦總是得不到社員青睞，只能打折求售，但去除其烏黑的外皮，內心一樣白嫩可口且更加香甜可口，希望社員多多支持！

【供應品項】

鳳梨釋迦(環保優)吳金洺-台斤，售價：145/元

枇杷(環保優)吳金洺-520g/盒，售價：315/元

當季水果

► 台東太麻里的友善級鳳梨釋迦現正供應中！

【農友介紹】

生產者李俊儀為青農返鄉，繼承原本位於太麻里的釋迦園。為了讓田間的生態更加多元，改用水槍和空氣槍的方式驅趕害蟲並快速套袋，費時又費工，其果園在 2015 年榮獲行政院農委會臺東區農業改良場評鑑亞軍。因釋迦不用化學藥物防治，無法避免介殼蟲使釋迦外皮變黑、外觀有白色粉狀物，無法像慣行釋迦乾淨青綠，友善級釋迦雖然外觀不漂亮，但營養價值、安全性高，希望社員可以多給這位青年農友鼓勵，多多利用！

【特色介紹】

鳳梨釋迦是大目釋迦與冷子番荔枝的雜交種，果肉具特殊香氣、口感 Q 彈，且種籽少可切片食用，小朋友也容易吃，風味極佳且有豐富多樣的礦物質，維生素 C 比芭樂還高，又含有蛋白質和維生素 B2，營養豐富。鳳梨釋迦一年一收，12 月至翌年 4 月為產期，多為外銷所用，因此需追求外觀零瑕疵，大多得使用除草劑與殺蟲劑管理，生產者李俊儀堅持以無農藥無化肥甚至無資材的方式管理，為的就是用更安全友善的方式讓台灣人有機會吃到這多數外銷的美味，還請社員多多利用支持這位富有理念的農友。保存方式：常溫保存，約 3 天會開始變軟，果實輕壓微軟即可食用，若已微軟但尚不食用可先冰置冰箱延緩後熟。

【供應品項】

散裝-鳳梨釋迦(友善優)-台斤：150 元/台斤

禮盒-鳳梨釋迦-5 斤裝(4-6 顆入)：800 元/盒



當季水果

► 桶柑架上選擇多且充足供應，社員可以多多利用喔～

【農友介紹】

- 桶柑(安全優)呂世詮-台斤，售價：50 元/斤
- 桶柑(安全良)呂世詮-台斤，售價：35 元/斤

呂世詮農友的「大湖悠然柑橘園」位在苗栗大湖，其提供我們安全級的椪柑、桶柑，呂大哥本是高雄人，因緣際會下來到苗栗，因為對農業有興趣，因此主動承租了一位老農的田區，讓這個坐落在樹林中的美麗農園得以傳承延續下去，果園同時是「大湖四份水土保持戶外教室」，為了水土保持這個果園，自開園以來不曾使用除草劑除草。呂大哥說在病蟲害防治上最難處理的是果蠅，天牛相對好處理，如果在樹頭看到天牛挖的洞，就用矽利康把洞塞住就好，而農場噴藥就是為了防治果蠅，八月停藥後就要靠黏果蠅的膠來防治，而走在路上可以見到一袋一袋被果蠅叮咬或是因為疏果廢棄的柑橘，減藥這條路著實不易，社員可多多支持。

- 桶柑(安全優)魏裕宸-台斤，售價：50 元/斤
- 桶柑小(安全優)魏裕宸-台斤，售價：30 元/斤

魏裕宸與其太太陳秋杏都是嘉義農專畢業，夫妻倆本是傳承父執輩以種植夏日綠竹筍為主，但因綠竹筍的產季集中在夏季，為了讓全年都有農務活可做，10 多年將自己原先荒廢的土地開始種植桶柑，此田區在桃園復興鄉，海拔約 400 公尺，此區域日夜溫差大，雲霧繚繞水氣多，位於水庫上游因此水源乾淨且充足，非常適合桶柑生長，原先此地區多是以種植桶柑為主，但因價格太差，當地農民紛紛轉種綠竹筍，經過魏大哥的努力，讓逐漸消失的桶柑產業在復興鄉有復興的機會。農友採減藥栽培，非以衝產量為第一目標，小果期就會停藥，後期以性費洛蒙做防治，雖然效果有限，地上落果多，但為了土地永續發展且種的安心食的安心，甘之如飴。

- 桶柑(環保級)張治榮-台斤，19A 以上，售價：55 元/斤
- 桶柑(環保級)張治榮-台斤，23A 以上，售價:60 元/斤

農友張治榮是我們唯一桶柑環保級農友，為西湖鄉農事指導員，因多年前地方政府推行有機耕作，為帶動地區農民一起投入，因此率先以自有土地開設農場並採有機栽培，並取名為可愛又好記的「多多龍」為名。多多龍農場主要經營業務為蜂農與果園管理，田區位於一處坡地，富有自然原野的氣息，果樹林園枝葉茂盛，是主人悉心照料的結果。農場內果樹皆有編號，並且提供開放認養。農友主要種植作物為椪柑、桶柑、檸檬、文旦柚、大白柚、西施柚等柑桔類，另亦有種植少量低需冷性晶圓梨。有機柑橘栽種不易，為了與主婦聯盟合作，農友重新調整作物管理方式，希望除了吃得健康不用藥之外，也能維持品質在一個水平。注意！桶柑外皮因銹蟎危害，導致果實外層油囊細胞因吸食而被破壞，使得桶柑變為黑色果皮，



俗稱象皮病或火燒柑(如圖)，但剝開後不影響果肉，因有機友善和減藥栽種的桶柑無法完全防止病蟲害，還請社員理解喔。

【保存說明】

桶柑因為在農曆年前採收，又稱年柑，是過年時家家戶戶桌上會出現的水果，傳聞說早期農家因為儲存在木桶中運輸而命名。其最早是清朝由潮州一代引進，多集中在北部種植，推測是椪柑和甜橙類的雜交品種，其外皮較椪柑平滑，外皮多呈現橘黃色，果實較少，但甜度高且多汁肉質細緻，粗纖維較少，皮薄與果肉較難分離，建議一分為二後較好剝皮。

冬季的常溫下可放置約 3 天，天氣轉熱建議儘早食用或是低溫保存可延常保存時間喔。※今年年節前夕合作社全體的桶柑利用狀況不佳，以至於今年桶柑進貨量較往年同期都還要低，太晚採收的桶柑已逐漸開始遇上落果或是外皮皺縮等損害，農友只能辛苦承擔，雖然我們的減藥桶柑沒有橘紅油亮的外表，不符合大眾心目中拜拜或送禮的標準，但退去外皮，果肉柔軟，甜度高，外觀有黑點的桶柑是減藥的勳章，一般"以貌取果"的市場通路往往都會拒絕收購，因此需仰賴合作社做為主要銷售管道，由衷期盼社員多多利用，讓農友未來還得以用減藥的方式永續經營，而非往需以大量農藥維持以貌取果的市場需求面靠攏。

當季水果

►皮薄多汁茂谷柑現正供應中！

【農友介紹】

生產者詹錦章說，照顧果樹就像照顧孩子一般，對果樹好、它會回報的。有些農友栽種果樹，只要收成好、果實好看，猛噴藥防病害，卻忘了要收成好，就得回歸養土的基本功。他用花生粕、芝麻粕、豆粕等，增加果園的有機質和微量元素，使果園土壤深黑、鬆軟，難怪詹錦章會自豪說：「我的土是活的。」此外，他的果園不用除草劑，以草生栽培協助涵養水分、留住肥料和有機質、也減少大雨沖刷土壤表層流失，並主張把樹體養好了，果樹的水分管理、氮磷鉀營養控制得宜，果實自然長得好。茂谷柑最怕裂果，成熟時也怕日曬，所幸他的果園地處兩山間的峽谷區，不會造成太陽直曬，也就毋須在果實上噴塗碳酸鈣；再者，一般採摘下的柑橘，為維持好看賣相、延長保存時間，須浸泡藥水處理，他秉持自然原則，僅以專業冷藏技術保存鮮度，讓人吃進去的不只是美味，更是自然的真味！

【產品說明】

茂谷柑由寬皮柑、甜橙雜交選育而成，果皮薄、油胞小，扁平身形堅實飽滿，吃來柔軟多汁、渣少、甜度高，其果酸增添果糖豐富的層次感，每口風味濃郁，一箱約 12~16 顆左右。柑橘類常溫放置即可，最佳賞味期約 5 天。

【供應品項】

茂谷柑 25A(安全優)詹錦章，約 910g±10%/袋，售價：137 元/袋 (約 5-6 顆)

茂谷柑 25A 以上(安全優)詹錦章-5kg/禮盒，售價：550 元/盒

當季水果

► 棗子盛產中！歡迎社員來品嚐！

一年一收、喜氣的蜜棗來了！蜜棗富含維生素 C，以及滿滿的膳食纖維！

【農友介紹與供應品項】

● 蜜棗(安全優)陳明輝-1 斤/盒：190 元/盒

生產者陳明輝，減農藥、草生栽培。農園位在高雄阿蓮，棗園內實行全濕式管理，透過維持土壤濕度，使棗樹在十至十五天內將肥料或藥劑儘量代謝掉，做到極低的農藥殘留，農友也投入大筆資金興建溫室及自動化遮雨棚，除了可維持蜜棗的品質和供應量穩定外，也能降低病蟲害以減少農藥的施用，朝著不用藥的目標邁進！

● 雪蜜棗(環保優)朱明發-約 600g/袋，135 元

生產者朱明發，其月照農場在知名的月世界，農田土質富含青灰岩的礦物元素，非常適合蜜棗生長，使水果甜度更佳，而自然的地形屏障，大大減少了病蟲害的威脅，再加上捨得疏果篩選留果，因此品質優良。雪蜜棗屬早生種，產期約 2 週左右，農田耕作面積不大，雪蜜棗供應數量有限，最佳賞味期約 3 天，風味會隨著時間慢慢改變，建議社員儘速食用。

當季水果

► 小番茄正當季，皮薄多汁，社員可以多多利用！

小番茄年後產量達高峰，有下列選擇，歡迎社員到站所多多利用喔！

● 金圓滿小番茄(環保優)朱明發，售價：98 元/約 600g /袋

金圓滿小番茄為農友自有品種，其果實渾圓，熟成時果肉呈現橘紅色，果肉厚，酸甜適中。

● 金螢小番茄(環保優)曹素珍-台斤，售價：120 元/約 600g/袋

金螢小番茄果實偏長，呈現金黃色，皮薄多汁，果肉口感明顯，甜度高，帶點番茄的微酸。

● 玉女小番茄(健康優)張東賢-1 斤/盒，售價：185 元/約 600g/盒

玉女小番茄為目前水果類番茄的主流品種，其果形較長，外表鮮紅，因皮薄果肉偏軟且汁多，易裂果，甜度極高。不同顏色的番茄有著不同的營養素，社員可以多品種的利用，不但能品嚐到不同種小番茄的獨特風味，還能攝取更加豐富多元的營養。

