

2021 年 9 月第 4 週 | 產品供應現況資訊

社內公告

▶ 水嫩保濕面膜液組退瓶回收

原水嫩保濕面膜液組退瓶回收活動至 2021/07/31 止，因疫情影響站所暫停回收重覆利用包材；現退瓶回收活動延期至 10/30。

新品上架

▶ 夏威夷豆-無調味(寬達)，200g，300 元，9/29 起，全社供應

原料來自澳洲剝殼的夏威夷豆，篩選後使用低溫烘焙，保留天然風味和較多的營養成分。

▶ 水蓮(有限責任高雄市美蓮蔬果生產合作社)，150g，40 元，9/18 起，全社供應

水蓮(龍骨瓣苔菜)為美濃地區傳統的一種野菜，供應農友黃啟軒於高雄旗山種植，以無農藥無化肥栽種。

▶ 巴西蘑菇雞湯(奇力愛)，520g，240 元，9/13 起，全社供應

選用合作社指定原料，包含元榆黑羽土雞、合作社農友之蘑菇、乾香菇及巴西蘑菇多種菌菇，熬製高湯搭配指定食材，滋味鮮甜不膩，適合快速備餐，可搭配添加其他喜好食材，增添風味。

▶ 猴頭菇山藥雞湯(奇力愛)，520g，185 元，9/13 起，全社供應

選用合作社指定原料，包含元榆黑羽土雞、合作社農友猴頭菇及集昌白木耳，搭配國產山藥塊，熬製高湯搭配指定食材，滋味鮮甜不膩，適合快速備餐，可搭配添加其他喜好食材，增添風味。

▶ 羅宋湯(奇力愛)，520g，200 元，9/27 起，全社供應

選用合作社指定原料，包含台灣牛腩、新峰黃豆芽及合作社農友之鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥，熬製高湯搭配指定食材，滋味鮮甜不膩，適合快速備餐，可搭配添加其他喜好食材，增添風味。

新農友介紹

▶ 水蓮農友黃啟軒

黃啟軒 (81 年次)，原從事營造業，為了多留時間給自己，因而投入農業生產。水蓮經評估較不怕天然災害影響，價格穩定，自己的家鄉旗山、美濃天候穩定、水質無污染非常適合生產水蓮。剛開始栽培水蓮時栽培管理實務的資訊很少，只能四處請教老師傅，花了很多時間摸索，逐漸從每次的失敗中累積經驗，才慢慢將產量拉上來，也逐步建立自己的標準作業流程。農友 2019 年正式轉型有機種植，雖然成本上升，但透過包裝簡化維持不漲價，希望讓消費者愛上平價的有機水蓮，成為習慣食用的家常蔬食。

▶ 水蓮小檔案

水蓮的正式名稱為龍骨瓣苔菜，為台灣原生的浮葉性型水生植物，全臺皆有零星分佈，惟高雄美濃地區有規模的商業栽培，是當地著名的野菜，俗稱「野蓮」，主要食用的部位為細長的莖與葉柄。

恢復供應

▶ 燒酒雞(蝦)燉料 (集昌) , 100g , 157 元 , 10/4 起 , 全社恢復供應

季節性供應。內含桂尖、紅棗、枸杞、黃耆、當歸、黨蔘與甘草。本產品為養生燉料，搭配雞肉或蝦子調理。

產品推廣

▶ 本土萊姆供應中!

農友張茂軒、楊春發、林碧龍供應的萊姆(環保優) 一台斤 72 元。

盛產季節，供應穩定，萊姆皮較薄，籽少或無籽，較好擠汁，酸度沒那麼高，適合製作夏季飲品或糖漬料理使用喔！

當季水果

▶ 柚見文旦，過中秋：友善文旦安心吃！

【農友介紹】

張華妹 / 花蓮鶴岡

■栽種方式：無農藥無化肥、草生栽培 (友善級)

花蓮縣瑞穗鄉的鶴岡村，家家戶戶幾乎都有一片柚園，農友張華妹自豪表示：「我們這裡好山好水好土壤，連空氣都好甜，種出來的文旦絕對讚！」，她將樹與樹的行距拉寬至五公尺左右，犧牲產量換

來每棵樹充分享受到空氣、日照和雨水洗禮，結出渾圓飽滿的果實。果樹栽培要做到有機、無農藥、無化肥的管理，挑戰與風險極大，但她始終堅信辛苦會有回報。除了有機質肥料、人工除草、完全生物性防治外，張華妹還會將剩餘文旦便拿來自製液態堆肥，空閒時，甚至到山上蒐集枯葉用以增加果園地力，慢慢地，土地越發肥沃、自然生態也越發多樣化，「這裡晚上你來，會有螢火蟲喔！」張華妹說。

【供應品項】

鶴岡老欖文旦(友善優)張華妹-10斤/箱，售價:1250元/箱

鶴岡老欖文旦(友善優)張華妹-5斤/盒，售價:690元/箱

【農友介紹】

溫昌海 / 苗栗西湖

■栽種方式：無農藥無化肥、草生栽培（環保級）

早年，西湖的坡地遍植相思木，於一九五九年在園子裡的空地種下第一棵柚苗，收成後發現果肉汁多香甜，開始了西湖種植柚子的風潮。一九八七年，溫昌海在西湖開墾占地兩甲半的五階梯田，至今已約有一百棵文旦柚、五十棵西施柚、三棵白柚，和少許帝王柑、南瓜、龍眼等作物，溫大哥的田區生態豐富，幹上棲息許多蝸牛，垂下的文旦柚、白柚和西施柚上有許多黑色的琉璃蟻在活動，翻動果實上方的葉子，會冒出密密麻麻的蟻群，數量之多，像是要把整顆果實包覆似的。「我沒辦法直接這樣子採耶，一採螞蟻馬上就上身了，我都用剪刀剪，再用吹葉機把它們吹走。」溫昌海說。除此之外，果園裡還有松鼠、野兔、雨傘節、鳳蝶等各種生物。溫昌海摘取一顆文旦柚，雖尚未完熟，但剝開時果皮迸發的精油香氣、金黃透明且軟甜多汁的果肉，依然誘人，他自豪的說「我們的文旦柚有蜂蜜的香氣，看文旦結果、採收，而且能賣得出去，成就感就出來了。」

【供應品項】

西湖老欖文旦(環保優)溫昌海-顆，售價:54元/顆

【農友介紹】

詹東縈 / 雲林斗六

■栽種方式：安全用藥、草生栽培（安全級）

詹家文旦是爺爺從臺南麻豆帶回種苗開始種植至今，現在供應合作社主要是20至30年的老欖文旦，「我們劉厝庄文旦，果肉較有彈性，口感回甘。」詹東縈認為樹體健康才能培育好的水果品質，也會減少用藥頻率，「我們農人也要有好的觀念來使用農藥，包含選擇合格、有信用的農藥行合作，這是農人對家人及產品的責任，從事農業，能否以此維持生活是最重要的。」農園特別規劃行株距寬約七公尺，並全面採用草生栽培，走在園裡感受草地的舒適柔軟，配上寬闊視野就像來到公園一般。

【供應品項】

斗六老欖文旦(安全優)詹東榮-10 斤/箱，售價:1100 元/箱

【農友介紹】

盧秀紅 / 雲林斗六

■栽種方式：安全用藥、草生栽培(健康級)

幾十年來，盧秀紅一直是獨自照顧果園。每每談及她種植的作物，盧秀紅開心回應：「你問我，我不懂，就是捨得給果樹吃，本錢不計較」。一開始她對務農完全不懂，也是定期施用農藥至採收為止，直到先生住院後無暇噴藥，才發現沒噴藥的果實並無太大損傷，開始投入安全用藥的種植方式，「反正做事我不計成本，傻傻的一直用，有一天就發現，果子怎麼變得那麼好吃.....。」

【供應品項】

斗六老欖文旦(安全優)盧秀紅-10 斤/箱，售價:1200 元/箱(預購量已滿，可選擇下單其他品項)

斗六老欖文旦(安全優)盧秀紅-顆，售價:65 元/顆

▶ 苗栗卓蘭范姊的香甜日系網紋洋香瓜上架囉！

【農友介紹】

范玉芳原先任職於工業水質檢測實驗室，婚後隨丈夫一起經營種植聖誕紅的事業。以前時常旅行，特別喜愛日本，種了洋香瓜後，幾乎所有的時間都耗在溫室裡了。會進入瓜果產業，是源自國立中興大學植物病理學系教授蔡東纂的建議，范玉芳說：「那時候老師幫我看聖誕紅的病變，說我們這裡溫差大，種洋香瓜品質會很好。」聖誕紅生長期在秋冬兩季，每年有半年的工作空窗，蔡東纂的建議讓她躍躍欲試，於是買了日本洋香瓜品系中最嬌貴、最難照顧的品種「阿露斯」。阿露斯大家都說很難種，有人種



了七年都不曾成功，而范姊憑藉著多年努力才逐漸有了成果，多年來她堅持採直立式栽培、單蔓整枝、一蔓一果的方式栽種，且堅持人工授粉，一朵一朵用毛筆替花朵均勻授粉並嚴格控管水份，都只為了種出品質優良的網紋洋香瓜，儘管產量有限，但范姊多年來始終如一，還請社員多多支持利用如此用心的生產者！

※洋香瓜在裂網紋的時候要特別注意水分控制，網紋才會裂得均勻漂亮

【供應品項】

阿露斯綠肉網紋洋香瓜小(健康優)范玉芳-顆，售價：198 元

阿露斯綠肉網紋洋香瓜中(健康優)范玉芳-顆，售價：265 元

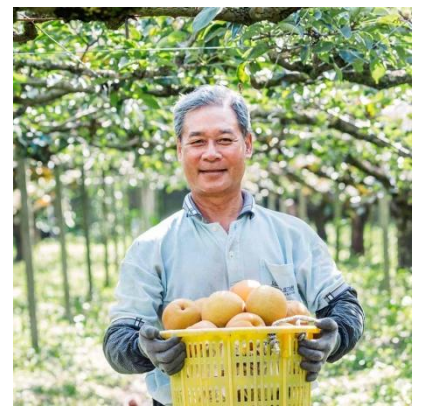
阿羅斯綠肉網紋洋香瓜大(健康優)范玉芳-顆，售價：325 元

►孫昌楙的新興梨供應中！

梨，是台灣夏季常見的水果之一，每年大致從七月開始直到年底，陸續能嘗到不同品種的梨，各有不同口感及香氣，咬下清透多汁的梨，回味無窮，也能品嚐到它帶來的風土之味！豐水梨已結束，接續有新興梨，合作社的新興梨來自東勢的高接梨，農友購買進口接穗(嫁接時上部的枝/芽稱為接穗)在地培養種植，讓身處亞熱帶的台灣也能吃到溫帶盛產的水梨。不過，今年梨子果實成長期缺水，普遍果實較小且加上果實採收期氣候不穩，除了盒裝大顆優級的新興梨外，社員也可多多利用架上較小規格的新興梨。新興梨屬褐皮梨，脆口清甜，帶有清爽的蔗香味，今年因氣候較熱，供應時期從 8 月下旬起至 10 月初，歡迎社員來品嚐！

【農友介紹】

農友孫昌楙的梨園位於台中東勢區，祖傳的梨園傳到孫昌楙已是第四代，主要生產豐水梨和新興梨。孫昌楙說：「我不做催熟、不做葉面施肥，也不用勃激素(GA)，所以需要更長時間熟成，風味自然不一樣，我的梨子吃得到陽光味喔！」他對環境的照顧和梨子一樣無微不至，堅持與草木共生，從除草劑減量到完全停用，花了 11 年時間，期間更砍除位於山坡地上兩公頃面積的梨樹，植樹造林。另一方面，孫昌楙也力行環保生產，使用可自然分解的石蠟膠帶嫁接梨子，成本高出 8 倍，且網紮工序更為費時。



【供應品項】

盒裝：

新興梨 655g±7%(安全優)孫昌楙-6 顆/盒，售價:1,050 元

新興梨 750g±7%(安全優)孫昌楙-6 顆/盒，售價:1,090 元

散裝：

新興梨 860g±7%(安全優)孫昌楙-顆，售價: 180 元/顆

※建議以紙袋包裹後於冰箱冷藏保存。

►台東太麻里的友善級的大目釋迦現正供應中!

【農友介紹】

生產者李俊儀，為青農返鄉，原本在台北打拼多年後返鄉繼承位於太麻里的釋迦園。因認同田間的生態多樣性，因此將家中田區陸續由慣行改成友善農法，農友田間的草相之多，釋迦樹則隱身其中，我問農友為什麼不把草除一除以免隱藏太多病蟲？農友說他希望他的田間生態是豐富的，要留有草才能讓一些昆蟲棲息，因此農友甚至後來只改用水槍和空氣槍，在套袋前驅趕害蟲並快速套袋，要一邊噴一邊套，如果一個不注意，螞蟻介殼蟲就會馬上又爬到果實上了，因此為了自己心中的堅持，農友不

惜費工又費時，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，無法避免因介殼蟲危害，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！

【供應品項】

大目釋迦(友善優)李俊儀- (4-7 顆) 5 斤/禮盒，售價：800 元

大目釋迦(友善優)李俊儀-台斤，售價：150 元

【建議保存方式】

(1)釋迦未軟熟前：

常溫保存：取出箱(袋)中，放置陰涼乾燥處，夏天溫度較高，約 1~3 天會軟熟，軟熟後儘快食用完畢。

(2)釋迦軟熟後：

冷藏保存：軟熟後可直接冰到冰箱約 2~3 天食用完畢。

冷凍保存：軟熟後果肉挖出冷凍保存可放置約 2 個星期，冰冰涼涼吃正好適合夏季。



【溫馨小提醒】

(1)沒有軟熟的釋迦放入冰箱會影響後熟的狀況就無法食用，千萬要注意！

(2)冷藏過的釋迦外皮容易變色，只要常溫先放置軟熟都不會影響釋迦品質。

*因今年全台普遍缺水，實際採收釋迦後發現果實大多較預期中小，加上入盒需在外觀再做一些篩選，導致可以供應數量少，因此不得不將單盒設定為 4-7 顆入，但單盒總重不變，還請社員理解見諒。

▶ 溽暑夏日，正是色澤艷紅的紅龍果豐產之時！

源自中美洲的火龍果，別名紅龍果，在台灣主要以紅皮紅肉、紅皮白肉兩大品系做經濟栽培，夏季時，約每 15 天就有一批花苞，可連續開 10 批花以上，加上產期分散且長，是風險分擔的連續採收型果物。而目前合作社供應是以紅皮紅肉紅龍果為主，其果實與果皮含有豐富果膠、維生素 E 及特殊的甜菜色素(betalains)，具抗氧化、抗自由基作用，最好的食用方法是「果肉連內皮一起吃」，更營養、口感更脆、更有甜味喔，非常適合夏天解渴唷。合作社配合農友有東山生產合作社的健康級紅龍果，環保級農友則有陳自榮、劉荐鴻、黃敏開始穩定供應，大家可以利用整個夏季逐一品嚐不同農友的紅龍果滋味！

【農友介紹】

今年 53 歲的陳自榮工作以修車保養廠為主，從農一直是他的興趣。10 多年前，以種植水稻開始了他的農夫人生，由於用農藥用到怕，民國 101 年開始轉作紅龍果，並實施有機、草生栽培，甚至在農場裡養起雞、鵝，以自然共生概念讓雞除害蟲、鵝除雜草，這些農場小幫手也讓紅龍果健康生長、果

實甜美，不時還有斑鳩在紅龍果植株上築巢產卵呢！目前農場主要種植有紅龍果與小面積的芭樂，由陳自榮夫妻兩人共同經營，談及辛苦之處，他表示，除草與套袋最費工，由於割草機太靠近時會傷害植株本身，所以每一株紅龍果都得以人工方式除草，有時雨季一多除草次數也得增加，一天下來更是腰酸背痛。陳自榮說：農民只要老天爺賞臉，產量好，所有的辛苦就都過去了。

- 產地：嘉義鹿草
- 品種：紅龍果(紅肉) - 富貴紅、大紅
- 特色：無農藥、無化肥、草生栽培、無點燈催花

【供應品項】

紅龍果(環保優)陳自榮-台斤，80 元/斤

紅龍果特大(環保優)陳自榮-顆，90 元/顆

紅龍果特小(環保優)陳自榮-2 顆/袋，76 元/袋



【農友介紹】

在台東鹿野土生土長的黃敏，從小跟著媽媽在田裡幫忙，身為農家子弟的她，對於農務一點也不陌生。黃敏說：「我跟媽媽一樣，很勤勞都停不下來，很愛弄東弄西的。」當孩子大了，她逐漸轉移重心，把心力放在開心農場裡，悉心照顧果樹，為家人種出好吃又健康的水果。黃敏愛玩勇於嘗試的性格，並沒有把耕作當成是辛苦的事，她笑著說：「這裡就是我的開心農場呀！」目前耕耘的田地是黃敏的公公留下來的，早年種植枇杷。因為家人愛吃紅龍果，於是她一頭栽下去種植，而且一開始就選擇有機方式管理，且黃敏堅持完熟才採收，熟度夠了，甜度、香氣也會跟著提升。

- 產地：台東鹿野
- 品種：紅龍果(紅肉) - 蜜玄龍、石火泉
- 特色：無農藥、無化肥、草生栽培、無點燈催花

【供應品項】

紅龍果(環保優)黃敏-台斤，80 元/斤

架上還有下列其他農友的紅龍果品項同時供應，可以交互利用喔~

紅龍果 S(健康優)東山合作社-2 顆/袋，單顆約 350-449g，70 元

紅龍果 M(健康優)東山合作社-顆，約 450-499g/顆，48 元

紅龍果 L(健康優)東山合作社-顆，約 500g-599g/顆，60 元

紅龍果 XL(健康優)東山合作社-顆，單果 600g 以上，80 元

紅龍果(環保優)劉荐鴻-台斤，80 元/斤

*因產期連續大雨，紅龍果較無法久放，請社員帶回家後盡快利用！

▶林浴沂的梨山金冠青蘋果現正供應中！肉質細緻多汁，新世紀梨也開始供應！

【農友介紹】

農友林浴沂在梨山種植果樹已超過 40 個年頭，年輕時從事西裝訂製的工作，因緣際會下接觸了落葉果樹的種植技術，結果一待就是幾十個年頭。為了提升蘋果品質與安全，林大哥將牛奶和優酪乳加入有機肥料中，且在幼果時期便逐一套袋，以減少農藥的施用。1976 年台灣發展休閒農業，中興大學在林大哥的田區廣種二葉松等針葉木並規劃林間步道，使得林大哥的田區有自然的防風屏障，發展成觀光果園，結合食農教育開放採摘，也分享種植蘋果的經驗。而他的兒子們也一起加入種植高山水果的行列，有新世紀梨、甜柿等品項。

【供應品項】

金冠青蘋果(安全優)林浴沂-台斤，128 元/斤

※金冠青蘋果為較早採收的青蘋果品種之一，外觀綠中帶黃，口感軟硬適中、皮很薄且多汁、甜中帶酸，風味強烈，數量有限，千萬別錯過嘗試各種品種的機會喔！

新世紀梨 18A(安全優)林浴沂-2 顆/袋，185 元/斤

新世紀梨 16A(安全優)林浴沂-2 顆/袋，210 元/斤

新世紀梨 20A(安全優)林浴沂-2 顆/袋，150 元/斤

新世紀梨 24A(安全優)林浴沂-2 顆/袋，120 元/斤

新世紀梨 30A(安全優)林浴沂-3 顆/袋，135 元/斤

新世紀梨為高山梨的較早產出品種之一，其外觀顏色較淺接近乳白色，俗稱「白梨子」，皮很薄平滑，因此部分人會連皮食用，肉質細緻多汁、甜度高，很值得一試！

【保存方式】

可使用傳統日曆紙，以不亮的那面朝內包裹水果，日曆紙的長纖維具有保濕的效果，很適合用於保存蘋果或梨子喔！

【食用方式】

蘋果皮的營養成分比果肉更豐富，連皮一起吃最營養，而農友供應的蘋果沒有打蠟，吃起來更安心！

※安全級為減農藥栽培，微量農藥殘留表皮可經清洗降低殘留量，社員可自行評估身體狀況，若有疑慮建議去皮後食用。

【品質說明】金冠青蘋果和新世紀梨因為皮薄的特性導致其外皮較容易有傷疤或是輕微擦撞傷，但皆不影響食用品質，請社員理解！但皮薄所以連皮也很容易咀嚼後吞下。

▶ **本土環保級黃金彌猴桃(奇異果)即將上架囉！**

【農友介紹】

農友涂旭帆為中興大學園藝系畢業，因對農業永續生產的嚮往，身為台北人的他，隻身到中部打拼，

生產銷售都親力親為，目前為「將豪農產」的經營者，主要經營種黃金獼猴桃、蜜李等果樹。涂旭帆說：「黃金獼猴桃(奇異果)要好吃，海拔夠高、夠冷是關鍵。」經過長時間的努力在新竹和苗栗約海拔一千公尺地區找到良田，因為海拔高的田區病蟲害較少，也較利於農友採無農藥、無化肥、無除草劑的方式耕種，而且山上日夜溫差大，能讓果實的甜度與香氣更好，口感軟 Q 不軟爛。

【供應品項】

黃金獼猴桃特小(環保優)涂旭帆-1 斤/盒，售價：245 元/盒

黃金獼猴桃中(環保優)涂旭帆-16 顆/盒，售價：880 元/盒

黃金獼猴桃中(環保優)涂旭帆-22 顆/盒，售價：1150 元/盒

黃金獼猴桃大(環保優)涂旭帆-14 顆/盒，售價：1080 元/盒-數量有限，已預留滿單，可利用其他規格品項喔~

※產品小提醒

*中秋前後採收的奇異果因屬產季初期，果實採下後需要較長的時間後熟，若果實按壓偏硬的狀態，放置常溫變軟即可食，若是要加速後熟，可和蘋果和香蕉一同放入密封袋中催熟喔。

*果實變軟後，請放入冰箱冷藏，建議於一周內食用完畢。

產品說明

►李國溢農友供應的盒裝文旦，因今年全台普遍缺水導致實際採收後發現果實都偏小，因此原先單盒設定為 6-8 顆入，改為 6-9 顆入，文旦小果市場的價格更高品質甚佳，農友自動升級，但不更動價格。

暫停供應

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
青草茶包---10 入/60g	10 入/60g	集昌	季節性供應	架上庫存利用完畢後

價格異動

品項	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	供應分社	異動原因
蘇打餅乾	350g/包	福義軒	80	89	2021/10/4	全社	原物料調漲
桑椹原汁 (加糖)	600ml	陳稼莊	300	315	2021/9/20	全社	生產者端管銷成本增加，不得不進行價格調整，為感謝社員多年支持，調整後的售價仍優於其他通路，還望社員繼續支持。
桑椹原汁 (無加糖)	600ml	陳稼莊	360	380	2021/9/20	全社	
桑椹果粒醬	300g	陳稼莊	215	225	2021/9/20	全社	
滷牛腱	不定重	智立	100g /175 元	100g /190 元	2021/9/27	全社	
滷牛腱	230g	智立	440	470	2021/9/27	全社	原料、包裝、成本調漲異動
滷牛腱	270g	智立	520	555	2021/9/27	全社	
滷牛腱	310g	智立	595	635	2021/9/27	全社	
滷牛腱	350g	智立	665	715	2021/9/27	全社	

供應狀況

品名	規格	生產者	缺貨狀況說明	預計恢復時間
雜糧八寶粥	320g	春喬	原料到貨並檢驗完成，生產者排產中	10 月初
芭樂乾	300g/ 包	鈺豐農特產行	暴雨影響以致原料欠收,架上庫存用罄後預計缺貨二個月	11 月中旬
Tonys Choclonely 杏仁 海鹽黑巧克力 51%	180g/ 片	鄰鄉良食股份有限公司	進口時程安排中	10 月中旬
破布子	375g	味榮食品工業股份有限公司	標籤改版中	10 月中旬
公平貿易黑胡椒粒	50g/包	馥聚有限公司	船期延宕	11 月
公平貿易黑胡椒粒	50g/瓶	馥聚有限公司	船期延宕	11 月
公平貿易咖哩粉-甜味	20g/包	馥聚有限公司	船期延宕	11 月