



農產運銷報導

june 2018
六月號

Vol. 06

01

主題企劃：市場中的多元蔬果

05

主題企劃附錄：食譜

06

公司要聞 / 交易行情

07

蔬果介紹：芒果

“

臺灣的面積不大，卻有著從海洋、平原到高山的不同氣候帶，我們的鄉村至今仍保有小農經營型態，利於孕育各種類的農作物，是亞洲太平洋區域獨一無二的農業寶庫。然而，繁複多樣的農產品，也增加了拍賣工作的難度。北農成立至今超過四十載，能順利將每季不同種類、產地、品質、風味的農產品拍賣完成，端賴團隊豐富的經驗、堅實的專業，這珍貴的「北農經驗」，獨一無二，是國外來臺取經的對象，也是臺灣重要的文化資產。

在未來的每一天，北農也將持續忠實扮演農產運銷公共平台角色，守護臺灣農產多樣性，確保鄉村經濟穩定，並為本土飲食文化提供優質安心的食材，將農村的土地與城市的餐桌緊緊相繫。

——總經理 吳音寧



市場中的多元蔬果

主題企劃 —— 市場中的多元蔬果

在北農的批發市場中，除了有著家家戶戶每日都需食用的葉菜、水果，也有許多平日不常見到的特殊食材，包括原生種蔬果、以及風行國外多年的超級食物（SuperFood）們，如薑黃與甜菜根，而這些其實都來自於氣候豐富、土地豐饒的臺灣產地，新鮮直送至批發市場中，供承銷人挑選。



第二果菜批發市場 蔬菜組 賴兆欣組長

Q: 蔬菜如何分類?

A: 蔬菜分類大致依食用的部份區分為「葉菜類」、「根莖類」、「花果類」以及「菇菌類」與「加工類」共五大類，各類別再向下細分各式菜種，各菜種皆具有「品名代號」，至於較罕見菜種或尚未歸類的新品種則統稱為「其他類」，拍賣員則會在備註欄註記，以便往後調閱。比方到貨量十分稀少的「甜菜根」，就隸屬於「其他類」。



Q: 有哪些是您進北農後才知曉的蔬菜?

A: 臺灣位於熱帶、亞熱帶氣候，十分適合農作物生長，因此北農每一天拍賣的菜種高達兩百多種，且臺灣各地區皆有其獨特的作物，在尚未進入北農就職前，的確有許多未曾見過的品項。如今雖已就職三十餘年，仍有許多見過卻無食用經驗的菜種，比如十分稀有的「冰花」、「朝鮮薊」。

而有許多菜種，民眾在西式料理及較頂級的餐廳或許都食用過，只是未曾見過原貌。比方「櫛瓜」原名為「夏南瓜」，有黃、綠、灰白三色，適合生長於18~25度，約40~50天即可採收，是韓國料理中必備食材，在傳統市場或是生鮮超市都能見到，只是可能並不曉得是同一種食材。像是「巴西利」又名「歐芹」，生長於冬季，常用於乾燥搗碎後加工製成香料，由於加工前後外型的改變，因此並不是所有人都知道「歐芹」就是「巴西利」。

過去在臺灣各地有許多十分優質卻不為人所知的野菜、野草，在講究飲食健康的時代，才慢慢被挖掘出來。比如「草石蠶」以及「碧玉筍」都是非常好的蔬菜。「草石蠶」貌似冬蟲夏草，性冷適合煮湯。而「碧玉筍」則是金針花的芽，汆燙後涼拌即可食用，兩者皆盛產於花蓮，十分推薦給大家。

Q: 一般承銷人發覺「新菜種」時，大多會有哪些疑問?

A: 農產品畢竟是以食用為主，所以承銷人最常問的就是「如何烹調與食用」。以「薑黃」為例，「薑黃」與一般俗稱的「薑」在味道以及料理方式上截然不同，坊間常乾燥後磨成粉或是加入咖哩中，若誤把「薑黃」當成「薑」製作料理，不僅會造成味覺上的差異，甚至還會錯怪「薑黃」是個難以下嚥的食材。又像是「甜菜根」又稱「火焰菜」，具有耐儲存特性，冷藏大約可以保存3~6個月，深受歐美國家喜愛，除了含碘可預防甲狀腺腫大外，味道帶甜所以也可做為餐後甜點。

農友在寄送「新菜種」時，普遍會事先通知拍賣員並告知烹飪方式與食用經驗。當有「新菜種」或「特殊菜種」到貨，會透過全場的廣播系統宣傳，讓所有承銷人知曉，避免造成遺珠之憾。拍賣員於拍賣台前，也會對承銷人進行解說，可使拍賣價格合乎農友的期待。因此讓承銷商、消費者瞭解如何食用也就更顯得重要。





第二果菜批發市場 水果組 吳志亮副組長

Q: 水果如何分類?

A: 水果基本上都是食用植物的果實部份，不同於蔬菜能以食用的部位做區分，是以「季節」作為劃分基準。然而臺灣大部份位於亞熱帶地區，而高屏以及花蓮又屬熱帶地區，再加上栽培技術與倉儲技術的不斷精進，許多果品雖不見得全年皆產，但可說全年皆有，季節性也越來越不明顯。

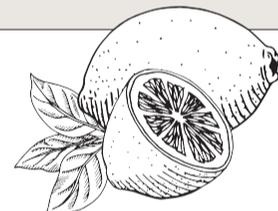


▲ 楊梅

水果產期分類參考表

季節	品項
春	枇杷、葡萄、蓮霧、青梅、草莓、桑葚、哈密瓜、美濃瓜
夏	瓜類（西瓜、洋香瓜、美濃瓜、木瓜）、桃子、李子、荔枝、龍眼、鳳梨、葡萄、釋迦、芒果、百香果、楊桃
秋	柚類（葡萄柚、文旦柚）、甜柿、哈密瓜、美濃瓜
冬	柑橘類（柳丁、椪柑、桶柑、茂谷柑、紅柑）、蜜棗
長年皆有	蕉類（香蕉、芭蕉、旦蕉、美人蕉…等）、番石榴、小番茄、木瓜、檸檬、鳳梨、火龍果

資料來源・第二果菜批發市場水果組



Q: 有哪些是您進北農後才知曉的水果?

A: 一般民眾對水果大多使用「統稱」的方式，若是以此為條件，那幾乎可說是沒有進公司後才知道的水果。但其實每一種被「統稱」的水果，都可以細分成十數種，甚至於數十種，舉例而言，小西瓜就有「蜜鳳、新蘭、慧玲、鳳光、黑美人、黃金美人、黛安娜……」等。每年農改場或是種苗公司都會研發出新品種的果種。臺灣農友的智慧堪稱世界第一，許多農友們不僅自發性地自學農改技術，時不時還自行研發新品種。

Q: 市場中有哪些罕見的果種?

A: 一般民眾所謂的罕見果種，就是逐漸失去經濟價值的果種。其實這些果種在產地仍有一定產量，並不罕見，但可能因「栽種成本高昂」、「食用方式不易」、「不耐儲藏」等各項因素，導致市場接受度不高、價格不突出，因此進北農拍賣的並不多。舉例「樹葡萄」，雖種植成本不高，卻因易氧化、發酵，加上不耐儲存，收成時易受鳥害，味道獨特，拍賣場偶爾到貨一、兩箱，一箱也僅有兩、三公斤。而這些產量稀少的果種，比方「無花果、樹葡萄、楊梅、牛奶果、桑葚」等統稱為「雜果」，若想一見他們的蹤跡，還得碰碰運氣呢。

此外還有一些屬於外來種的水果，比方「紅毛丹」，臺灣起初並無種植，向來皆依靠進口，後因檢疫問題約15年前禁止進口，6、7年前起才開始有臺灣本土種植的紅毛丹，目前產量十分稀少。「黑香芒果」自南洋地區引進，經改良後於近幾年逐漸受到關注，帶有龍眼味，所以又稱「龍眼芒果」，不過跟龍眼沒有任何瓜葛，主要產區為台南官田，產量也不多。

從市場到餐桌

來把北農的食材變成料理



從採買到料理，北農的蔬菜水果從產地直達餐桌。廚師們從批發市場中尋寶，想知道這些不常見的蔬果要怎麼料理嗎？來看他們的手藝是如何將這些食材變成美味又營養的料理！



透過料理帶出在地的味道

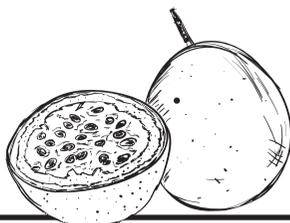
朱捷 FRANCIS CHU / 30歲
現任 VVG好樣餐廳行政主廚

我是在高雄的內門鄉長大的，那裡是總鋪師的發源地，從小我會和阿嬤一起殺雞，用熱水氽燙、再拿夾子一根根拔除剩下的小毛，



這是我的生活模式，因此從小就有著「你要吃什麼，就自己去做！」的觀念。每當將食物吃下肚時，內心總想著要尊重這塊土地。

一直以來，我都很喜歡原生種的蔬果，不僅較有獨特的濃郁風味，烹飪也更具挑戰性，也才能真實地帶出食材應有的味道。使用現下改良過的食材，常在試菜時，總覺得風味不若以往，少了原本該有的味道。許多原生種的食材逐漸被經濟作物取代，就像黑籽仔菜（龍葵）明明很好吃，然而年輕一輩可能只記得地瓜葉，讓我覺得應該要做點什麼，因為現在不做，以後將不存在，這是種令人感慨的「味覺記憶」。在不斷地追求經濟價值時，我們是否也失去了更多我們原本所擁有的？如今，也有許多廚師正逐漸開始往野外郊區找尋「即將消失的食材」入菜，尋回即將被遺忘的味道。



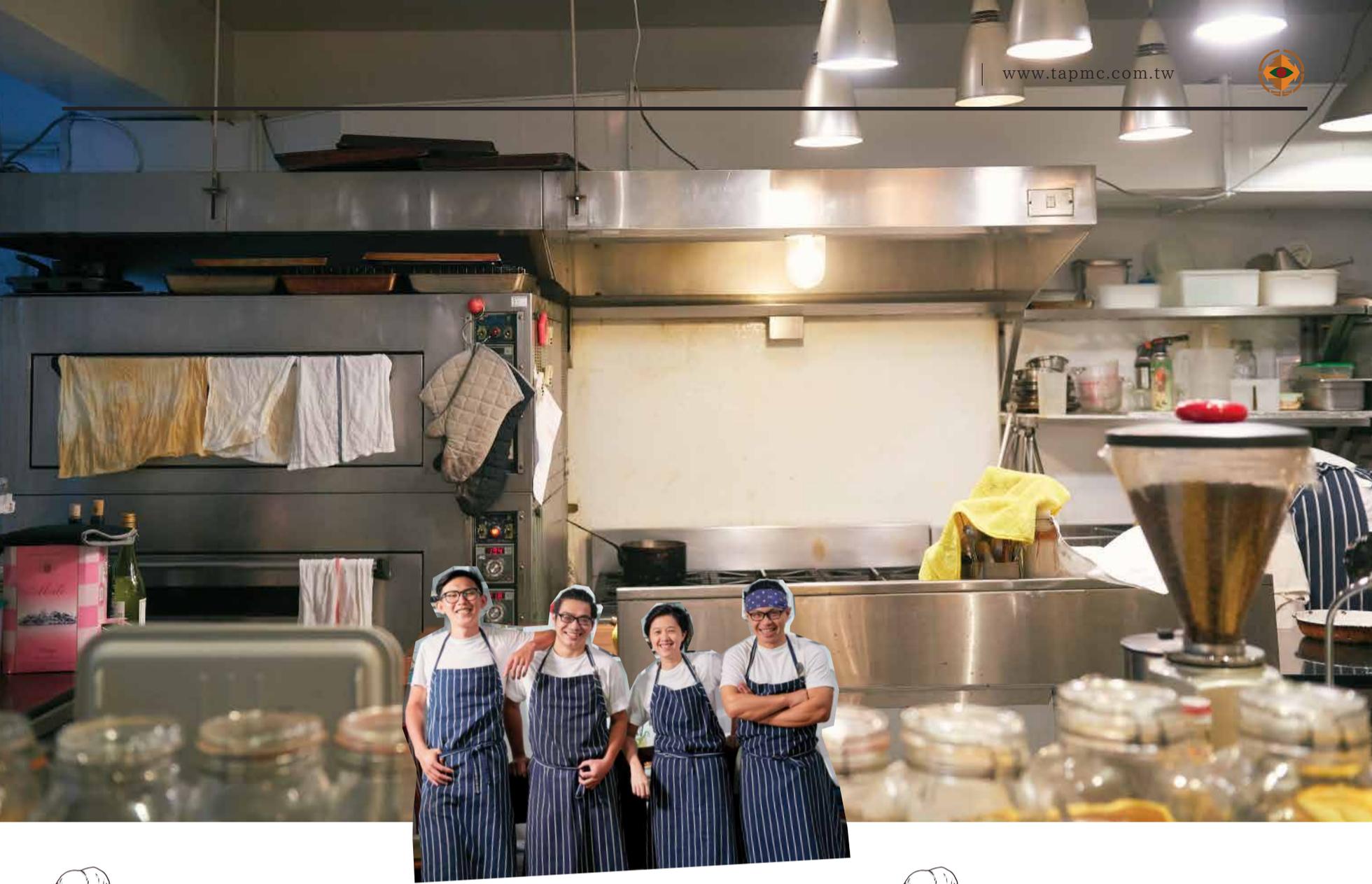
用料理說話的廚師

職俊霖 ERIC / 27歲
VVG好樣餐廳大廚

大學讀的是英文系，並不擅長與人交談，但我發現我可以透過料理把想表達的情緒或是文字傳達出去。「甜菜根」是我接觸廚房才知道的食材，還記得第一次食用時的想就是「土地的味道」，且有著特別的紅色，所以讓我想到了醃製的方式來降低原有的土味，並非完全消除，搭配「薑黃」以及「黃檸檬」的酸甜味，加上「甜菜根」、「櫛瓜」原有的脆度與水份，拌成具有嚼勁口感的沙拉，到了現在，我反而變得更加喜歡這樣食材了。

在尚未看見來自北農的食材時，我有許多的想像空間，直到看見這些蔬果，第一個想法是「這不是我小時候常吃的嗎？」但到了現在，卻成為罕見食材。作為一個廚師，精進廚藝是必然的，但更重要的是如何透過所學的基礎以及積累的經驗，把味道呈現出來，並成為讓每個人都能喜歡的料理。





有趣料理的廚師

黃東翔 ERIC / 28歲
VVG好樣餐廳二廚

18歲時開始學料理，起初是從川菜入行，後來才轉為義大利、西班牙料理。此次與北農合作，在剛拿到食材時挺Shock的，因為這些罕見食材一般多用在沙拉或是家常菜中，後來跟團隊一起討論，才決定使用「黑柿番茄、櫛瓜、巴西利」做成Pasta來呈現。因為坊間義大利麵，多使用現成的茄醬，加上少許的「牛番茄」，很少會用到「黑柿番茄」，主要是因為它比起牛番茄還要帶有酸味，一般人較難接受，我們透過與其他食材味道的調和，讓這道菜可以保留住「黑柿番茄」這樣的味道。



如果每天只是做菜，相信很快就會對料理感到厭倦。將各種食材混合烹調成一道料理，是一件十分有趣的事，像是這些多元豐富的食材，透過不同的碰撞，可以產生更多樣化的料理。



挑戰本土化料理的廚師

尤哲明 MING / 28歲
VVG好樣餐廳二廚

就學時讀的就是餐飲科，平時很少會使用陌生的食材入菜，比方這次的「黑香芒果」對我來說也是一種挑戰，平常料理大多使用愛文或金煌，雖然黑香的甜度不如愛文、金煌，卻有一種獨特的鄉土味。剛好現正是芒果盛產期，所以利用黑香特殊的香味做成一道氣泡飲品。又因夏季炙熱的關係，因此再佐以「薄荷」、「迷迭香」呈現出一種涼爽的感覺。

以往總覺得國外主廚使用當地食材所製作的料理都比本國來得美觀、美味，自己卻遺忘了臺灣擁有其他國度所沒有的在地食材。食材的鮮度對料理是十分重要的，臺灣就地取得的食材會比搭飛機、貨輪來的新鮮，且適合熱帶、亞熱帶氣候種植的蔬果，在其他國家並不容易取得，透過這次合作，讓我更想在未來挑戰將在地罕見蔬果融入菜餚當中。





食譜大公開

Recipes

黑柿番茄鮮蝦櫛瓜麵

黑柿番茄醬汁材料

- 洋蔥 10克(小丁)
- 蒜碎 5克
- 迷迭香 3克
- 百里香 3克
- 高湯 200c.c(或煮麵水)
- 鹽巴 調味、糖 調味

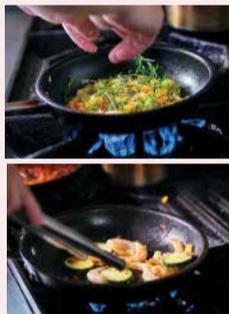


1. 番茄用小刀稍微劃開，滾水川燙10秒鐘，泡冰水剝皮。
2. 將洋蔥、蒜仁、黑柿番茄切丁備用。
3. 熱鍋熱油把洋蔥炒上色，再下蒜碎炒出香氣。
4. 完成步驟3後，下番茄丁炒出水，下高湯小火煨煮收汁，並可加一些香草類提升香氣。



黑柿番茄鮮蝦櫛瓜麵 作法

1. 將蝦子剝殼去頭尾備用。
2. 冷鍋冷油爆香蒜頭辣椒，之後放入蝦子稍煎過，下櫛瓜炒過，再拌入番茄醬汁稍微煨煮一下，最後加入煮到半熟的麵與醬汁拌在一起，煮到麵條口感Q彈，最後用鹽巴胡椒調味。



迷迭香芒果氣泡飲

材料

- 黑香芒果 1顆
- 土芒果 1顆
- 糖 適量
- 檸檬汁 適量
- 薑汁汽水 150c.c
- 迷迭香 2-3支
- 薄荷 1支



作法

1. 芒果去皮取果肉，倒入鍋中，約加100c.c水煮到軟爛，用糖、檸檬汁調味，放1-2支迷迭香到芒果醬汁裡提味。
2. 約3湯匙的芒果醬汁倒入杯中，加冰塊到7-8分滿，倒入薑汁汽水，插上迷迭香、薄荷裝飾。



野黑米佐薑黃油醋沙拉

薑黃油醋醬材料

- 黃檸檬皮 1顆
- 黃檸檬汁 1顆
- 橄欖油 50ml
- 薑黃泥 1湯匙
- 糖 1湯匙、鹽巴調味



作法

1. 將野黑米用電鍋煮熟後放旁備用。
2. 將檸檬皮、檸檬汁、薑黃泥、糖放入碗中，充分拌勻，加入少量橄欖油，將醬汁打成乳化狀，最後用鹽巴調味。



百香果奶酪

奶酪材料

- 吉利丁 1片(泡冰水變軟)
- 鮮奶油 130克
- 糖 10克

百香果醬材料

- 百香果 5顆
- 糖 10克



作法

1. 將鮮奶油用鍋子煮至約70度，用糖調味，最後加入泡過冰水的吉利丁，之後倒入杯子中放置冰箱冷卻即可。
2. 將百香果果肉取出後，加入糖小火煨煮至1/3的量，之後過篩取出汁液即可。





公司要聞

June 107

六月

公告：

頒布臺北農產運銷股份有限公司批發市場惜食果菜購贈社福單位處理要點

於6月6日邀集臺灣食物銀行聯合會、臺灣食物銀行協會（基督教恩友中心）、1919食物銀行（中華基督教救助會）等8個社福團體代表，以及臺北市社會局、臺北市市場處、農糧署等單位召開座談會。與會團體於會中建議，批發市場剩餘蔬果購贈應優先與各大食物銀行平台合作，由食物銀行平台協助快速分送給各社福團體，及協助提供領用簽收、使用證明等行政管理事宜；會中社會局及社福團體亦建議本公司，除偶發性嚴重產銷失衡的緊急捐贈配送機制外，也研擬惜食蔬果例行募捐的公益方案。

根據與會團體、單位代表之意見，本公司於6月12日頒「臺北農產運銷股份有限公司批發市場惜食果菜購贈社福單位處理要點」，將市場剩餘蔬果捐贈事宜制度化。

6/11~6/15、6/22 盛產香蕉團購活動

為配合臺北市政府及轄下各區公所發起「盛產香蕉團購活動」，於6/11~6/15由專車配送至指定據點，並於6/22派遣公司同仁於臺北市政府東側廣場協助分發，共計6233件（約93公噸），期提高農民收益。



6/19第一屆桌球隊選拔賽

於第二批發市場五樓活動中心舉辦桌球隊選拔賽，參賽同仁計22名，經過初賽、複賽、決賽三階段的互相較勁下，最終獲勝同仁依序為：丁建卿、施忠志、沈麟、蔡勝善、蔡明村、蘇炯秀、王堯森、忻亮霆。



6/27~6/30 受邀參與「食安嘉年華」

營業部有機蔬果課受邀參與台北國際食品展「食安嘉年華」。為增加民眾對有機產品的信心，及有機產品標章的正確觀念，現場除備有一系列新鮮豐富的有機蔬果、簡介外，並針對與會民眾做詳細的解說與解惑。



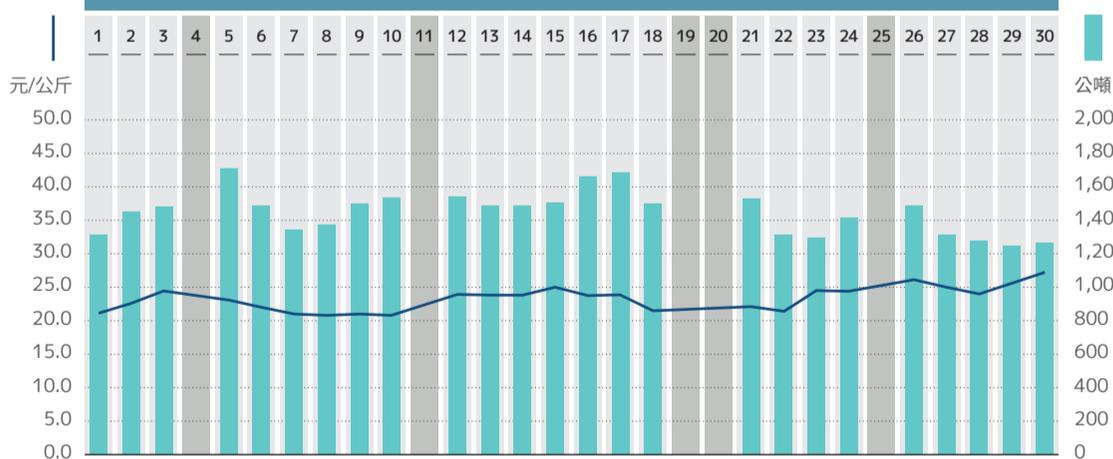
6/28 印尼貿易部參訪

駐臺北印尼經濟貿易代表處於6/28率印尼貿易部國內貿易局局長及相關幹部一行13人至本公司參訪，總經理偕一級主管於座談會中分享北農定位及批發市場產銷關係等議題。

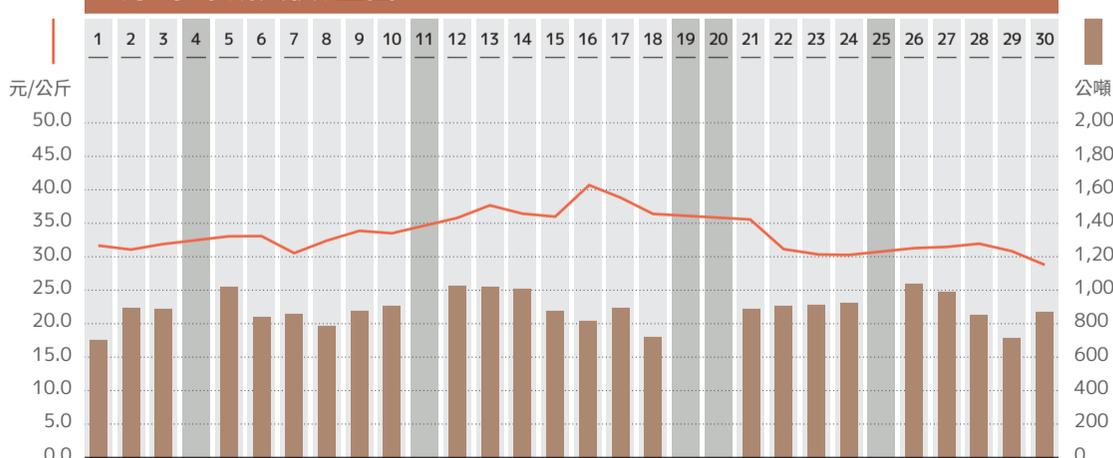


文·資訊部 董惠婷

6月 蔬菜成交價、量圖



6月 水果成交價、量圖



蔬菜交易行情分析

交易日廿五天(農曆4月18日至5月17日)，逢端午佳節，應景菜種茄子、菜豆消費需求轉強，農友積極出貨，場內貨源充足。下半月高屏地區連日多雨，蔬菜品質受損，端午後貨源減少。夏季為瓜果類產季，部分品項逢採收間歇期，到貨趨減，餘供貨量豐；甘藍以高冷產區供貨為主品質佳，短期葉菜受高溫影響，植株萎靡不振，產地擇優供貨，外市買氣佳，行情持穩。

水果交易行情分析

雨水少、氣溫高，致果實成熟快，買氣持穩。中旬末逢端午，外市買氣旺，高屏地區受氣候大雨影響，貨量減少，各單項行情漲多跌少。節後需求減弱，果實含水量豐不耐貯放，供貨品質參差不齊，價格多以下跌。高接梨進入盛產期，以豐水梨、秋水梨為主，今年甜度、品質均佳；紅肉李產期集中在4~6月，端午祭祀時多作為供品，今年品質佳、果粒大，外市買氣強。



一到夏季，總是令人不自覺地想起酸甜滋味的「芒果冰」，根據聯合國農糧組織（FAO）統計資料顯示，已成為全球主要經濟作物之一，其中又以亞洲地區佔全球產量的77%，臺灣則為亞洲前10大產區。

芒果屬熱帶性水果，以「屏東」、「台南」為最主要產區。隨著種苗技術的提升，除了知名的愛文、金煌外，進入北農拍賣的品種還有「文心、貴妃、金蜜、海頓、黑香」.....等約30~40種品項，然而受消費者接受度影響，全臺產量最高的品種仍為「愛文」，也因此屏東地區90%皆以愛文為主，另10%則為金煌，台南地區生產則較為多元，由於栽種技術的進步，近年來「南投地區」也開始生產愛文囉。本期主題企劃中所提及的「黑香」就是來自於臺南官田，僅佔全臺產量的3~5%。

挑選芒果最重要的就是「香氣」，當芒果熟成時，會自然而然地散發出其獨特的濃郁芒果香，倘若透過「不當催熟」則香氣就會減少許多。此外就是觀察果蒂是否新鮮，新鮮的芒果果蒂會呈現橘黃色，若鮮度不足則顯現出暗紅色。表皮顏色通常只能表示接收陽光照射的程度，並無法做為新鮮度的依據。



芒果

MANGIFERA INDICA
mango

品種／拍賣品名代號

R1：愛文、R2：玉文、R3：土芒果、R4：凱特
R5：黑香、R6：金煌、R7：聖心

適溫 24~30度C

產期	4~6月	6~9月	9~10月
產地	屏東	台南	南投

資料來源·第二批發市場 拍賣員 陳敬昌



編輯團隊 / 發行單位 臺北農產運銷股份有限公司
 發行人 陳景峻
 總編輯 吳音寧
 編輯群 企劃部
 特約攝影 余奕賢
 特約設計 吳佳欣
 印刷 悅翔數位印刷有限公司
 出刊日期 2018年7月10日
 地址 台北市中山區民族東路336號
 電話 (02)2516-2519



f 臺北農產 臉書粉絲團



www.tapmc.com.tw
 臺北農產運銷公司官網

總公司(含第二果菜批發市場)
 臺北市中山區民族東路336號
 電話：(02)2516-2519

第一果菜批發市場
 臺北市萬華區萬大路533號
 電話：(02)2307-7130