



# 台中區農情月刊

發行所：行政院農業委員會台中區農業改良場／發行人：陳榮五／總編輯：高德錚／主編：陳俊位／地址：彰化縣大村鄉松槐路 370 號／電話：04-8523101／傳真：04-8524784／網址：http://www.tdais.gov.tw／電子郵件：tdais110@ms6.hinet.net／印刷：設計：祥發企業



<b>第九期</b>		<b>本期要目</b>
中華民國八十九年六月一日發行		
茭白筍新品種—台中一號誕生	.....	推廣活動
國產品牌水果認證之現況	.....	產銷專欄
烏鰂——淡水螺貝的殺手	.....	新知專欄
影響蔬菜穴盤苗病害發生的因子	.....	植物防疫專欄
彩色甜椒食譜(完)	.....	消費專欄

國內郵資已付  
員林大村郵局  
許可證  
中台免字第3923號

雜誌

若無法投遞，請勿退回 局版台省誌字第1048號·中華郵政中台字第1412號執照登記為雜誌交寄

## 推廣活動

### 茭白筍新品種—台中一號誕生

文·圖／黃葆貴

本場新育成茭白筍台中一號正式通過命名，該品種具有高產、早熟以及品質優良等特性，符合降低生產成本、提高產值條件，有利於農家收益，值得推薦農家種植。

本場於五月二十六日假南投縣埔里鎮及魚池鄉



上圖●本場新育成「茭白筍台中一號」嫩筍肥美，  
下圖●陳場長稱讚新品種「茭白筍台中一號」纖維細口感佳。

農會辦理新育成茭白筍新品種之命名審查會，由會本部邀請相關學者專家十人，經田間及書面審查通過，正式命名為——茭白筍台中一號。陳場長榮五表示：新品種茭白筍台中一號為本場埔里分場歷經九年時間所育成之鮮食用茭白筍新品種，一年可兩收，生產期為每年五、六月及九、十月，為一早熟品種。產量方面：較目前栽培品種青殼早生種春作增產一八·五%、秋作高一六·一%。較敢當早生種之春作高六·五%、秋作高五·五%。在早熟性方面：較青殼早生種春作提早二十三天、秋作提早六天，較敢當早生種春作提早四天、秋作則無差別。此外，茭白筍台中一號單筍筍重較青殼早生種約



●「茭白筍台中一號」植株田間生育情形。

重一三·四至一三·二%、較敢當種約重〇·五至一·〇%。

陳場長指出：目前本省茭白筍栽培面積一，四九九公頃，其中南投縣栽培一，二一六公頃，約佔八一·一%，大多集中在埔里地區，筍農所栽植品種以青殼及敢當兩品種為主。而本場所育成新品種「茭白筍台中一號」具有產量高與早熟之特性外，其品質脆嫩、纖維細、筍肉白皙，筍肉中孢子產生時間較晚，黑心率較低等優點。對於此品種之栽培管理及其他相關技術，歡迎有興趣的農友直接洽詢台中區農業改良場埔里分場（洽詢電話：〇四九／八八〇〇八四）。



●命名審查委員視察「茭白筍台中一號」田間生育情形。

## 人物專欄

### 才臻神農陳泳州成功行銷瑞峰茶邁向廿一世紀農企化經營新理念

文·圖／名間鄉農會

南投縣首位榮獲十大傑出青年農民神農獎得主茶農陳泳州、出生於名間鄉茶葉大產區，帶領瑞峰茶葉產銷班闖出一片天，走向吉園圃管理栽培，以專業品牌瑞峰茗茶的新形象，邁向茶葉新世紀；努力研究市場行銷策略，成功將瑞峰茶推向全省百貨業、大賣場及生鮮超市，建立茶農永續經營的信心，而榮獲八十九年全國十大傑出青年農民神農獎的優秀農村青年。二月十五日北上接受表揚領獎；二月二十一日接受李登輝總統召見與總統座談如何將農業跨出新世紀；二月二十三日慶祝感恩晚宴中前來祝賀之貴賓有行政院農委會茶業改良場廖慶樑場長、農委會中部辦公室輔導科科長許漢卿、農經科技正徐菱松、台中區農業改良場副場長張正英、南投縣政府輔導課課長王美惠、名間鄉農會總幹事黃益利先生、中華茶藝聯合促進會總會長黃文基，及前會長徐榮波和高雄茶聯常務理事帶領理監事長前往祝賀，場面熱鬧感人。眾佳賓蒞臨顯現出陳泳州為人處事之成功，當選神農獎真是實至名歸。

陳泳州畢業於雲林縣西螺農工農業機械科，從小與茶為伍，也對茶產生了一股特別感情。八十一

年退役就決定從事茶葉生產管理、行銷及栽培，專心研究。於八十二年通過考試及格茶葉官能評鑑合格，更提昇對茶的能力及專業。在這其中的昇經歷受其兄陳錦昌先生授業指導，也共同創立瑞峰茗茶全省連鎖加盟企業。身兼數職及產銷班班長的陳泳州，這數年來日夜不眠的專研究茶學、行銷及經營



●陳泳州先生接受前農委會主委林亨能先生頒獎。



●青年農民得主陳泳州先生(右)接受本場場長陳榮五博士表揚。

管理的知識，為人親切且熱心向學，在茶藝上也有一股熱勁，同時也是中華茶聯總會理事及高雄分會常務理事，他的責任心及活力真是茶界奇才。

陳泳州對茶的新領域有不同見解，茶的市場必須跳出傳統走向品牌，以多元化、電腦化、透明化及企業化的大方針進行推動。他把瑞峰茗茶成功推向市場，目前研發了新品種，也是上班的最愛——『茶葉方便包』。以品質優良的茶葉包裝共二種口味的品質走向市場；一是清香、二是炭火焙製，新包裝規格一盒三十包二百元，消費市場反應熱烈供不應求。在茶的極品中，瑞峰茗茶以茶中之最：雪飄香茶及茶中之品瑞峰金玉打響了茶的市場，受消費市場的肯定。相信陳泳州能將好的品質推廣給茶人及廣大的消費群，也感謝茶人給予瑞峰茗茶的支持；謝謝。（電話：〇四九一二七一九五七）



●陳泳州先生的瑞峰茶產品多樣化且包裝精美。



產銷專欄

優質的國產農產品——大家一起來  
認識國產優良品牌水果認證制度

文·圖／陳世芳

「口質是一種能讓消費者或使用後者滿足，並且樂意口口溝通的特質」，「品質是符合要求的標準」，要擁有競爭優勢，就必須要有完美的高品質，無論是產品的品質或是服務的品質，所以品牌的內涵不僅是一個標誌，必須以品質為後盾，如同一頭牛只做六客台塑牛排商品般的認真態度，才能永續經營。台灣的農民以進步的技術生產精緻、多樣的優良農產品，消費者卻不知道好吃想要再買的水果可以到那裡直接訂購。因此行政院農業委員會導入市場行銷的理念，推行國產優良品牌水果蔬菜品質認證制度。

國產優良品牌水果的認證制度

目前農委會為推行國產優良品牌水果認證作業，已邀請專家學者訂定出梨、釋迦、甜柿、桶柑、荔枝、葡萄柚、椪柑、洋香瓜、蓮霧、木瓜、鳳梨及甜瓜、芒果、巨峰葡萄、番石榴、棗子等十六種水果之品質規格標準，供鄉（鎮、市）級農會或合作社（場）、青果社等農民團體於民國八十九年底（九十年以後向各單位轄區農業改良場）向桃園區農業改良場提出申請登記，申請單位需具備下列各項條件：

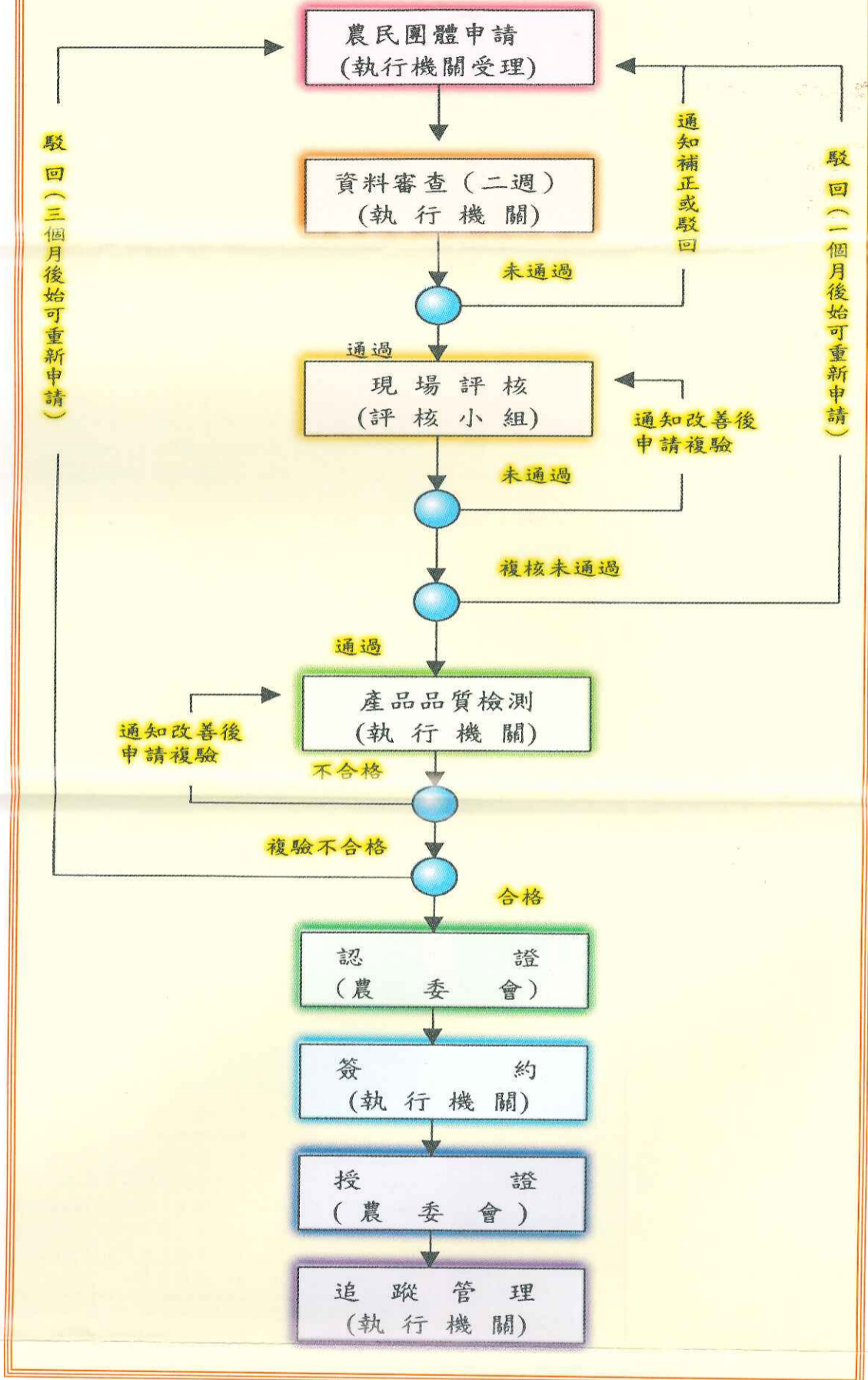
- (一) 產品須具經商標註冊之品牌，品牌之使用及標示並符合商標法之相關規定。
- (二) 轄下產銷班組織運作良好，且經驗證取得吉園圃標章或經本會輔導辦理有機農產品驗證，並取得有機農產品證明標章者。
- (三) 確實實施共同選別、統一計價。
- (四) 已辦理共同運銷且實績良好。
- (五) 至少具有一名擁有國產品牌水果、蔬菜產銷訓練班結業證書之工作人員。
- (六) 生產水果之申請單位，其品牌系列產品於產期內每品種單日能供貨至少三十箱以上。

凡符合上述條件之農民團體則應檢具下列書面資料提出申請：

- (一) 認證申請書。
- (二) 品牌商標標準設計圖樣、包裝盒箱式樣。
- (三) 產品分級標準：依個別產品品項別，明確列出品牌產品及特級、優級、良級之產品分級標準。
- (四) 營運管理計畫書：包括生產、集貨、分級、包裝、倉儲等作業流程及行銷計畫等資料。
- (五) 獲准使用吉園圃標誌證書影本一份；已取得有機農產品證明標章者，須檢附證明文件，可免附吉園圃證書。
- (六) 工作人員參加品牌蔬果產銷訓練班結業證書影本一份。

上述書面資料經桃園場會請台灣省農會、台北農產運銷公司提供共同運銷辦理績效資料，做為資格審核依據，審查通過後，並安排認證委員至現場評核其作業程序、生產報表及各項管制標準、記錄報告等情形。於完成現場評核後，並在生產現場進行抽樣帶回分析檢測，品質檢測合格者，將評核結果報送農委會核定，核定後辦理簽定產品編號合約手續，同時授予品牌產品編號並舉行公開授證典禮，完成慎重而嚴謹的認證程序。

國產優良品牌水果蔬菜品質認證作業流程



●南投縣信義鄉農會「玉珠」品牌葡萄之標誌。



●南投縣石碇鄉農會「金碧」品牌椪柑，粒粒金碧輝煌。



●水里「黑紫玉」葡萄。



產銷專欄

# 國產品牌水果認證之現況

文·圖／陳世芳

自農委會推行「科技、資訊、品牌」政策以來，即同時著手輔導農民團體建立產地品牌，迄今共有三十個農民團體推出品牌農產品，以台中地區而言，葡萄品項有南投縣信義果菜運銷合作社的內茅埔、集集鎮農會的紫水晶、水里鄉農會的黑紫玉及信義鄉農會的玉珠、竹山鎮農會的紫蜜、極柑品項則有豐原市農會的豐園、石岡鄉農會的金碧、潭子鄉農會的欣燦柑橘、青果社台中分社台中集貨場的金大班、國姓鄉農會的思原等十項。以南投縣水里鄉農會最近甫接受認證的黑紫玉葡萄為例，水里鄉巨峰葡萄的面積有三四．七公頃，產銷班一班，班員四十三人，因日夜溫差大及地理環境之優勢條件，班員很有共識配合農會辦理國產品牌水果之申請，在生產及銷貨過程必須進行計劃管理步驟：

- (一) 整地：品牌規劃區須注重基肥、磷肥、綜合微量元素之合理化供給，不施用除草劑，以割草機除草，以免傷及果樹。
- (二) 修枝：第一期於二月份，第二期於八月份，將無花穗的枝條去除，以免浪費養分，再進行開藥、催芽，經三十二天後，即進入開花期。
- (三) 疏穗、疏果：以十六~二十二葉間留二串果穗，十二~十六葉留一串果穗，十二葉以下則不留。採人工疏果，維持果穗形狀、大小的美觀，避

免噴植物荷爾蒙增長果穗，才能保有香Q的果肉。

- (四) 套袋：開花結果四十~五十天內即進行套袋，為再一步的防範果實完美無瑕，且不被鳥啄傷，要再套一層塑膠袋。
- (五) 採收：第一期在六~七月，第二期在十一~十二月進行採收。
- (六) 集貨管理：經過班會決議，排定出貨日期，將葡萄運至集貨場，由班員自行分級，再由班選派二名品質檢核員，進行複審。
- (七) 分級包裝標準：依農委會訂定之標準。
- (八) 行銷方式：送往台北農產運銷公司拍賣。

黑紫玉葡萄在水里鄉農會及該鄉葡萄產銷班第一班勇於採納創新觀念下，推出了高品質的品牌形象。班員表示國產品牌葡萄比非品牌之經濟效益較大是促使農民接受這項創新制度的最大誘因，國產品牌葡萄在批發市場之價格冬果每公斤最高為二五〇元，最低有九十元，非品牌則介於八十~一百元之間，夏果則最高為一八〇元，最低九十元，非品牌則介於六十~八十元間，價差約二倍多，銷貨收入較非品牌者為佳，但運銷成本上品牌耗費人工較長，非品牌每小時包裝三十五公斤，品牌只有二十五公斤，包裝材料費每件需增加三角袋、泡棉之成本約十八元，紙箱則因去年有補助尚不需自付，其他運費、郵電等則無差異。唯品牌產品量少質精，僅佔個別生產戶總產量約一%，實有待從技術層面加以克服。

國產優良品牌水果是建立國產水果優質形象的

良方，因政策推行期間，申請加入國產品牌之農民團體不多，有的是抱持觀望態度。因此必須加強督促農民團體辦理共同運銷，並輔導農民及產銷班確實實施共選共計，教育分級觀念提高品質評鑑與篩選能力，辦理農民生產技術指導生產，以提高供貨品質，才能推動本項政策及落實生產安定、品質安定、出貨安定之品牌工作方針。



●黑紫玉葡萄田間生產情形。

植物保護新知

## 農委會公告新農藥種類及新增使用範圍，請農友參考使用

### 16種新增使用範圍之農藥

文／預測研究室

藥劑名稱	英文普通名稱	使用範圍
亞托敏 10%SC	Azoxystrobin	落花生銹病(殺菌劑)
得芬諾 70%WP	Tebuconazole	落花生夜蛾類(殺蟲劑)
易肢座 5%EC	Imibenconazole	菊花白銹病(殺菌劑)
密滅汀 1%EC	Milbemectin	玫瑰二點葉蟎(殺菌劑)
快得寧 80%WP	Oxine-copper	洋香瓜露菌病(殺菌劑)
賽普洛 50%WG	Cyprodinil	洋香瓜白粉病(殺菌劑)
嘉賜快得寧 43.5%WP	Kasugamycin + Oxine-copper	檸檬黑斑病(殺菌劑)
保粒快得寧 50%WP	Polyoxines + Oxine-copper	蓮霧炭疽病(殺菌劑)
依殺蟎 10%SC	Etoazole	西瓜二點葉蟎(殺蟲劑)
畢汰芬 4%SC	Pyrimidifen	木瓜赤葉蟎(殺蟲劑)
芬殺蟎 18.3% SC	Fenazaquin	木瓜神澤氏葉蟎(殺蟲劑)
密滅汀 1%EC	Milbemectin	番荔枝神澤氏葉蟎(殺蟲劑)
益達肢 9.6%SL	Imidacloprid	梨柑橘捲葉蚜(殺蟲劑)
百利普芬 11%EC	Pyriproxyfen	蓮霧桔粉介殼蟲(殺蟲劑)
亞滅培 20%SP	Acetamiprid	蓮霧腹鉤蕨馬(殺蟲劑)
保粒黴素 10%WP	Polyoxines	百慕達草皮黑斑病(殺菌劑)

### 13種新農藥名稱及使用範圍

藥劑名稱	英文普通名稱	使用範圍
福拉比 1.5%GR	Furametpyr	水稻紋枯病(殺菌劑)
賓得克利 25%SC	Pencycuron+Tebuconazole	水稻紋枯病(殺菌劑)
傑他賽滅寧 18.1%EC	Zeta-cypermethrin	甘藍紋白蝶(殺蟲劑)
甜菜夜蛾性費洛蒙	Sex pheromones of <i>Spodoptera exigua</i>	甜菜夜蛾(殺蟲劑)
銅右滅達樂 71.6%	Copper oxychloride + Metalaxyl-M	甘藍露菌病、葡萄露菌病(殺菌劑)
派美尼 37.4%SC	Pyrimethanil	草莓灰黴病(殺菌劑)
歐索林酸 20%WP	Oxolinic acid	檸檬黑斑病(殺菌劑)
無水硫酸銅	Copper sulfate	檸檬白粉病(殺菌劑)
克熱淨(烷茶磺酸鹽) 40%WP	Iminoctadine tris (albesilate)	梨輪紋病(殺菌劑)
摩朗得 12.5%AL	Morantel tartrate	松樹松材線蟲(殺線蟲劑)
丁基賽扶草 10.4%EC	Cyhalofop-butyl	水稻田中間作直播田稗草(除草劑)
左旋莫多草 87.3%EC	S-metolachlor	落花生園雜草(除草劑)
可滅蹤 46.7%EC	Clomazone	大豆田雜草(除草劑)

植物防疫專欄

## 影響蔬菜穴盤苗病害發生的因子

文·圖／陳俊位

影響穴盤苗病害發生的因子很多，而這些因子對病害的發生具有決定性的影響力。這些因子包含有：

- (一) 溫室中的濕度：溫室中的水份含量高，會在植株葉表形成一層水膜，造成葉表上有多餘的游離水，此時有利於病原菌孢子發芽及散佈。例如溫室中空氣濕度的增加對以氣生菌絲為害之立枯絲核菌(*Rhizoctonia solani*)所致之損失較為嚴重，而黑腐病菌(*Xanthomonas campestris*)亦可因植物處於濕潤膨脹狀態，氣孔及水孔處水份含量高而有利其散佈及感染。溼度高對露菌、疫病菌及猝倒病菌等水生菌胞囊之釋放亦有促進之效果。由於蔬菜穴盤苗播種的方式，幼苗一般生長皆排列緊密，因此其葉下與穴盤間的環境，因植物生長旺盛，葉片間彼此相疊，使其微氣候相處於高溫高濕的環境，由於植株排列緊密，使其通風效果差，蒸散能力弱，而對病原菌之危害有幫助之作用。
- (二) 種子播種技術：種子播種過深易因介質水份含水量高，而容易發生幼苗萌前立枯病(猝倒病)或是種子腐敗。種植過淺則種子吸水不佳影響發芽及生長。而利用流體播種技術播種蕃茄苗，則應避免幼苗胚根在播種過程中受到傷害，而使病菌由傷口侵入。
- (三) 穴盤苗栽植方法：穴盤苗播種過密，會因植物生長旺盛，降低日光照射時間及機會，減少穴盤介質水份蒸發，因而促使病害發生。並因介質水份含量高，青苔綠藻類生物會在介質表面繁殖，除與作物競爭養分外，並會影響介質透水性以及危害植物根系正常發育，而使植物生長不良，病害發生嚴重。
- (四) 穴盤苗之生育狀態：穴盤苗因地上部及地下部受生長空間限制，往往造成植物生長形狀徒長細弱，導致幼苗呈「傾病化」，使其易受病原菌危害而發生病害。其中又以徒長後受立枯病菌感染之情形最為嚴重。
- (五) 栽培的環境因子：介質水份含量能力、酸鹼度、質地種類、溫室溼度、施用肥料、添加物、播種時期、栽培作物之品種、水份供給方式等因子皆有可能影響到病害發生與否。例如以穴盤苗的露菌病發生情形而言，其在溫度低的十月至翌年四月之間，常可見其發生危害，但五月後隨溫度上升而降低其發生情形。而在供應植株養分時，如供應氮素含量高之肥料，易使植株生長快速，造成植物組織細胞間隙拉長柔弱，而易受幼苗立枯病之危害。



植物保護新知

# 烏鰡——福壽螺的殺手

文·圖/廖君達

烏鰡 (*Mylopharyngodon piceus* Richardson) 俗稱青魚、鰻仔，在分類地位上為鯉科 (Cyprinidae) 的淡水魚。原產於亞洲大陸東部的河流流域，北起蘇聯的遠東地區、中國的黑龍江流域，南至怒江流域及越南北部的紅河。烏鰡魚體光滑、體色青黑，體背側色泛黑，腹部灰白，魚鱗皆為黑色。生長快速，體長最長可達一百公分，體重三十公斤以上。棲息在中、下層水域，主要攝食螺、蚌等軟體動物和甲殼類及水生昆蟲。於全省各大水庫、湖泊、私人池塘皆可見其蹤跡。

烏鰡是中國重要的淡水養殖魚類，自宋朝以來，江南地區太湖、珠江流域淡水魚養殖發達，與草魚、白鰱、大頭鰱合稱為「中國四大家魚」。台灣過去魚苗皆由中國大陸輸入，直至民國六十四年人工繁殖生產魚苗成功後，才紓解了數百年來魚苗匱乏的窘境。民國八十七年鯉類 (鯉、草、鰱、鰻、青魚等) 養殖面積達二、九四三公頃，多為混養方式，其中烏鰡生產量約一、〇〇〇公噸，主要生產地為台南、嘉義、桃園等縣。烏鰡除可作為食用魚類，亦廣佈於全省的私人池塘、釣場，供人垂釣遊憩。

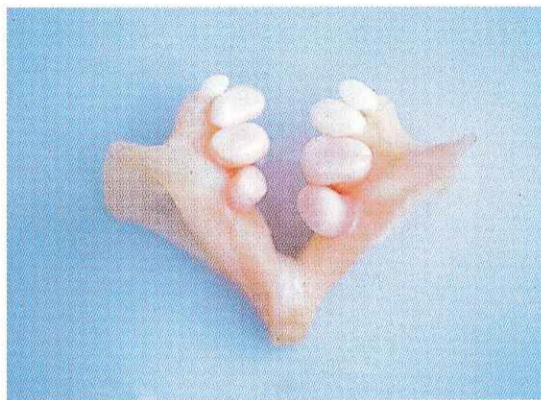
有關烏鰡捕食螺貝的記載，在明弘治三年 (西元一四九一年) 成書的「八閩通志」即已述及：「烏鰡似草魚，頭與口小而黑色食螺，又有黃色者黃鰡。」；清乾隆時「湖洲府志」引「湖錄」：「鯪魚即草魚，因其食草也，鄉人多畜之池中與青魚俱稱池魚。青魚飼之以螺螄，草魚飼之以草，鰱獨受肥，間飼以糞。」此外，盛行於台灣的烏鰡垂釣池，一般是以福壽螺、田螺或蜆 (喇仔) 為釣餌，



●烏鰡。

並將螺之口緣略為修剪以便利鉤餌。

烏鰡的上下頷都沒有牙齒，但最後一對鰓弧腹面部份特別粗壯，成為咽頭骨，骨上具有一列咽頭齒 (pharyngeal teeth)，藉著這些咽頭齒和頭骨腹面的一個角質厚墊 (咽磨) 的咬合來切割或咀嚼吸入口中的食物。烏鰡僅攝食螺肉部份，螺殼則排出



●烏鰡的咽頭齒大而呈口齒狀。

口外。因此，經其取食後的螺貝殘骸極為細碎。

鑑於烏鰡慣於攝食淡水螺貝的習性，使得它看來頗具發展成有害螺貝生物防治天敵的潛力。養殖漁民已應用它捕食底棲軟體動物的特性，作為清除養殖池內傳播疾病螺貝類的手段。在美國密西西比河流域的觀察發現，由養殖池逸出而繁殖的烏鰡能控制外來物種——斑紋蚌 (*Dreissena polymorpha*) 的族群，避免其大量發生。近幾年以色列引進烏鰡已有效地降低了水庫淡水螺類 *Melanoides tuberculata* 的族群密度至四十%，降低 *Physella acuta* 的密度至二十%，以避免破壞管路系統、阻塞濾網、甚至減少了危害人類及魚類的寄生蟲傳播。

民國六十八年自南美洲阿根廷引進的福壽螺，是台灣水稻及其他水生經濟作物如茭白筍、蓮花、菱角、荷花、芋頭、空心菜等最主要的有害螺類。目前政府推薦的防治藥劑——七十%耐克螺可溼性粉劑，須施用在淺水及靜止狀態下二十四小時以上才能發揮隔絕水面氧氣的機制，達成致死效果。然而，深水栽培作物由於水位過高，且水呈流動狀態而無法適用，此時，烏鰡則是極佳的替代選擇。經過本場在室內及田間試驗證實，烏鰡對於福壽螺有極佳的取食能力，以二、四公斤重的烏鰡為例，每日可取食殼高三公分的福壽螺十一、五個，換算成每月取食量則高達三百四十五個福壽螺。而且，體重愈重的烏鰡相較於體重輕者，能取食較大的福壽螺及具有較高的取食量。

目前在南投縣魚池鄉茭白筍栽培田約有七十公頃，於深水栽培時期，已全面放養烏鰡來捕食福壽螺，並由本場進行效果評估。期能減少高劑量化學藥劑的施用，發揮烏鰡作為淡水螺貝殺手的角色，解決福壽螺危害的問題，為國內生物防治提供一絕佳的案例。



●取食後的螺殼殘骸。

## 訓練活動

### 八十八年下半年及八十九年度 農村青年中短期農業專業訓練已開始

文/編輯室

本場配合行政院農業委員會中部辦公室辦理「八十八年度下半年及八十九年度農村青年中短期農業專業訓練」，共辦理四班，已於近日開始調訓獲選學員，本年度開始相關學員遴選事宜皆由台糖訓練中心以電腦統一作業，因此有報名的青年農民可上台糖訓練中心網址查詢。

### 八十八年下半年及八十九年度農村青年中短期農業專業訓練

- 一·設施蔬菜栽培管理班  
89年5月15日~20日
- 二·有機農業栽培管理班  
89年6月12日~17日
- 三·梨樹栽培管理班  
89年10月30日~11月4日
- 四·切花栽培管理班  
89年11月27日~12月2日

## 消費專欄

# 彩色甜椒食譜 (完)

文·圖/郭孚耀

### 彩椒炒飯

**材料：**白飯2碗、瘦肉少許、彩椒粒適量、蔥粒少許、醬油、鹽、太白粉。

**作法：**1. 瘦肉切絲或丁，加入少許醬油、太白粉調味十五分鐘，過油，彩椒粒也過油，迅速撈出。

2. 油鍋裡加入蔥粒爆香，倒入白飯炒勻，加入肉丁並以少許醬油、鹽、味素調味，炒勻



，加入碎彩椒丁拌勻即可 (彩椒丁亦可裝飾於炒飯上面)。

### 彩椒炒麵

**材料：**肉絲二兩、彩椒絲適量、油麵六兩、水二分之一杯、蔥段少許、醬油、胡椒粉、太白粉適量。

**作法：**1. 肉絲加入少許醬油、胡椒粉、太白粉醃十五分鐘，過油撈出，彩椒絲也過油，迅速撈起。

2. 油鍋裡爆炒蔥段，加入油麵及水炒勻，倒入肉絲，彩椒絲迅速拌勻，調味後，取出裝



盤。

### 紅燒木耳

**材料：**木耳六兩切大塊、彩椒片適量、肉片二兩、蒜末少許、糖、醬油、太白粉、油適量。

**作法：**1. 肉片加少許醬油、太白粉醃十分鐘，過油取出。

2. 油鍋裡加入蒜末炒香，加入木耳片炒勻，加入糖一匙，醬油二大匙，水三大匙調味，燒至湯汁剩一大匙時，加入肉片、彩椒片拌勻，即可盛出裝盤。

