

# 阿春有機農場

吉安特產 甜美細緻佛手瓜



◎ 阿春姨

緊鄰「伍佰戶有機農場」  
的是另一個可愛的小  
攤位，上面寫著「阿春有機  
農場」的字樣，仔細問才知  
道，原來嬌小和善的老闆娘  
阿春姨，是詩怡和鈺鈴的親  
舅媽，因為喜歡種菜分享給  
親朋好友吃，種著種著種出興趣來，後來索性和小姑、姪女們一  
起來市集販售自己的產品。

「阿春有機農場」位於吉安鄉福興村，肥沃的土質和純淨的水源，孕育出滋味鮮甜的健康蔬果。農場的主要產品為龍鬚菜和過



◎ 佛手瓜是主力產品之一

貓(過溝菜蕨)，還有其他季節性蔬菜，和市售蔬菜不同的是，阿春有機農場的龍鬚菜，吃起來特別細緻，沒有纖維質的粗糙口感，連老人家和小朋友都能接受；佛手瓜則是龍鬚菜植株的果實，富含維生素和鈣質，和蒜頭、薑末一起清炒，口感有如大黃瓜一樣爽脆。佛手瓜在市面上較為少見，是花東地區的特色蔬菜，喜歡嘗鮮的消費者不妨一試。

吉安鄉是全台龍鬚菜的主要產地，近年卻發生夏季高溫乾旱造成生長不良，花蓮農改場便與農友攜手合作，找出透過合理化施肥及灌水、遮光等處理，可有效提高龍鬚菜夏季生長存活率，讓龍鬚菜之鄉的美名不墜。🌱

## 美味食譜

### 佛手瓜排骨湯



將排骨汆燙，去除血水，洗淨備用，再把切成塊狀的佛手瓜，和洗淨的排骨、生薑一起燉煮至軟嫩，即成美味可口的佛手瓜排骨湯。吸飽湯汁的佛手瓜，口感綿軟清香，非常好吃。