

山邊采園

滑順濃稠 真材實料的養生黑木耳露

「山邊采園」主人何采蓮阿姨，原來在台北從事忙碌的廣告業，因為對田園生活心生憧憬，便決定和丈夫兩人搬到花蓮壽豐生活。說到花蓮的一切，采蓮阿姨笑得合不攏嘴，直說「應該要更早搬來才對，這裡的生活太美好了。」成為花蓮的新移民後，她和丈夫儘可能參與各種不同的農法講習，也時常到市集其他農友的農場參觀，生活過得充實又快樂，還認識了不少新朋友呢！



◎ 何采蓮



擁有一身好廚藝的采蓮阿姨，最擅長做加工品，自家農場生產的洛神花，透過阿姨的巧手，搖身一變成為鮮紅討喜的有機洛神花蜜餞，因為做得太好吃，去年接訂單還接到手軟。不過說起「山邊采園」的招牌產品，還是不得不提養生又美味的黑木耳露，采蓮阿姨說，原料的黑木耳，是她特別和台南的有機木耳農場訂購的，加入有機紅棗一起熬煮至濃稠，即成清香撲鼻、入口滑順的有機黑木耳露。

● 黑木耳含有豐富的膠質和維生素B2，能促進腸道蠕動，幫助排便，適量食用，對身體極有幫助。

除了加工食品，采蓮阿姨在市集也推廣販售自製的「環保酵素」，環保酵素係由蔬菜、果皮等廚餘，加入黑糖發酵製成，具有優良的清潔效果，不但可代替一般的洗衣粉、洗碗精，流入河川中也不會造成環境污染，既方便又環保。順便一提，為解決廚餘的汙染問題及增進資源回收再利用，花蓮農改場也成功研發了廚餘處理機，隨時可投料，不需添加微生物及除臭劑，不會有惡臭，48小時即可將廚餘化成有機資材，有機資材則可用於種植花果、樹木及盆栽。

