

平安龍福氣 有呷甜·過好年

原味寸棗

手工雙色生仁糖

原味花生牛軋糖

手工麻糬杏仁

鹹香九號花生

年貨大街-平安龍福氣  
推廣時間:12/25-02/08

週報期數 / 2023 年 12 月第 4 週 (12/25-12/29)

目錄

- 📢 社內公告..... 2
- 🍎 當季水果..... 3
- 📢 產品說明&季節性預防提醒..... 17
- 📢 產品資訊..... 17
- 👜 人資招募..... 27

社內公告

【2024 元旦連假服務時間異動公告】

社員們好！

元旦連續假期站所、線上訂購、社員服務與訂單作業時間異動如下：

一、服務時間調整

	2023/12/30(六)	2023/12/31(日)	2024/1/1(一)
站所	服務至 18:00	暫停服務	服務至 18:00
線上訂購	正常服務		
社員服務	暫停服務		
※三重站連假期間暫停服務。			

二、線上訂購個人宅配

24 小時可訂購，請社員多加利用，連假期間到貨日如下：

- 雙北、基隆、桃園、宜花：

訂購日期	12/26(二)	12/27(三)	12/28(四)	12/29(五)~ 12/31(日)	01/01(一)
冷凍預計最快到貨日	12/29(五)	01/01(一)	01/02(二)	01/03(三)	01/04(四)
非冷凍預計最快到貨日	12/30(六)	01/02(二)	01/03(三)	01/04(四)	01/05(五)

- 竹苗、中彰投、雲嘉南、高屏、台東、離島：

訂購日期 (上午 9:00 後)	12/26(二)	12/27(三)	12/28(四)	12/29(五)~ 12/31(日)	01/01(一)
不分溫層預計最快到貨日	12/30(六)	01/02(二)	01/03(三)	01/04(四)	01/05(五)

三、【當日配】配送時間調整

12/30(六)因站所盤點，全日暫停配送

01/01(一)配送時間為 14:30~16:30，暫停晚間時段配送。

四、【當日配】配送時間調整

連續假期宅配正常配送，請保持連絡電話暢通，以利配送順利。到貨進度查詢方式如下：

- 線上訂購：官網社員專區訂單明細點選託運單號，即可連結至宅急便網站查詢配送進度（注意！已出貨訂單才可查詢）。

- 班配訂單：請來信 [gncooptp@hucc-coop.tw](mailto:gncooptp@hucc-coop.tw) 查詢。

## 五、班配服務

12/29(五)16:40 前完成下單，將於 2024/1/4(四)、1/5(五)到貨，超過時間來單將延後配送。

- 下單 Email：[gncooptp@hucc-coop.tw](mailto:gncooptp@hucc-coop.tw)
- 下單傳真：02-29958838
- 連絡電話：02-29996122 #737、739

### 【三重站服務時間調整預告】

各位社員好：

三重站自 2024 年 1 月 1 日起，服務時間為週一至週五的 10:00-18:00，惟週間遇國定假日則不服務，例如：1/1(一)為元旦國假，故未服務，再請留意，謝謝大家。

服務時間：

平日 (週一~週五)：10:00-18:00

假日(週六)、週日、例假日：休息

三重站電話：02-85123998

三重站新址 ( 新北市三重區重新路五段 639 號 ) 金陵女中對面公車站牌旁

## 🍓 當季水果



### 產地速報

時序進入 12 月，本應是國產草莓開始供應的季節，但因 11 月草莓育苗期太熱了，草莓苗受病菌感染，折損了超過四分之三以上，幾可預見今年草莓產量恐將延續去年供不應求的狀況。唯獨合作社的草莓農友在多年來的共同購買支持下，練就了在極端氣候下友善環境不用農藥，仍能種出高品質草莓的強悍韌性，因而得以在冬季草莓市場上拔得頭籌，領先供應。草莓嬌貴且數量有限，來到站所往往秒殺，還請把握機會預訂，品嚐這全台最高標的安心甜美！

◆冬季最美的酸甜滋味——合作社草莓季開始啦！

色澤紅豔、香氣濃郁的草莓，堪稱是冬天最受期待的水果之一，即便是怕酸的人，也會受到甜美濃香引誘，忍不住嚐上幾口。淋上煉乳，或是蘸著蜂蜜吃，那微酸中帶著甜蜜的滋味，彷彿戀愛般，讓人年年回首、引頸期盼。



然而，由於**草莓農藥殘留超標事件時有所聞**，為了讓社員可以安心享用，合作社的草莓允收標準都必須是農好級以上，也就是說，全都必須是**無農藥檢出 (ND)** 才行，**這標準堪稱全台最高！目**

**前合作社的九位草莓農友全數不用農藥，幾乎都達到環保級標準，多半也只以合作社為唯一通路。在共同購買支持下，農友致力供應安心美味的草莓，社員則以實際行動利用購買，讓友善種植理念得以存續，而農友多年來的養護土地、自行育苗，也造就了不用農藥卻能在極端氣候的威脅下穩定供應的強悍韌性。合作社的草莓，不只是全台最早，也是安全最高標，而且品種繁多、滋味豐富。這正是共同購買最甜美的果實！**



## 今年合作社草莓

季即將展開，繼陳森郎大哥的**BD 農法草莓**之後，鍾文標大哥**豐香、戀香與蜜香**草莓即將登場，緊接著范桂達大哥的**美姬與香水**草莓、謝秋芸的**蘋果**草莓也將到來，為這個寒冬平添繽紛浪漫色彩。不同的農友、不同品種，甚至不同產期果實(目前為一期果)，



風味特色各有不同。歡迎把握機會多多品嚐，這珍貴甜美的冬季水果嬌客。

## ■鍾文標——市面少見！露天栽植有機豐香、優雪、蜜香草莓



許多慣行農友聽聞合作社草莓農友可以露天栽植，還可以是**不用農藥的有機(環保級)**，往往驚訝咋舌：「怎麼可能？他是怎麼辦到的？」草莓嬌貴，為避免天候影響，一般有機農友多採網室種植。露天栽種有機草莓的農友極少，然而合作社農友卻有一半以上採露天栽植，鍾文標大哥也是其中佼佼者，而且種植的品種還包括超難照料的**豐香**草莓！**豐香草莓質地細緻、香氣**

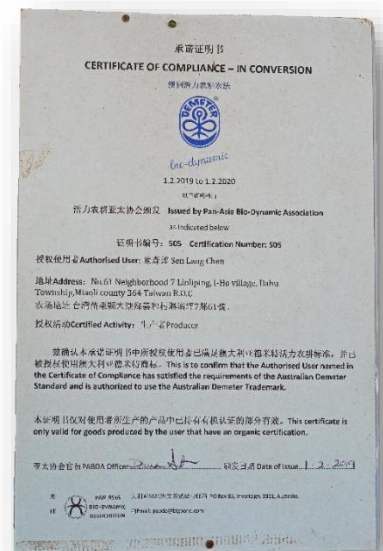
濃郁、口感層次豐富，甜酸比飽滿，帶淡淡奶香，堪稱最受歡迎的草莓品種。惟嬌嫩且易受病害，許多農友紛紛改種其他品種，唯獨鍾文標大哥仍堅持著，只為留住那份難得的美味。鍾文標大哥種植草莓已逾 30 年，平日沉默寡言且不喜社交，卻可以為了追求精進草莓種植技術不遺餘力——不吃檳榔的他，在開始種植草莓初期，甚至會帶著檳榔去拜訪草莓農友，只為聽取寶貴經驗。除了豐香草莓，鍾文標大哥還種植了蜜香與優雪兩個草莓品種。優雪草莓甜度與豐香相仿，但抗病力略勝過豐香；蜜香草莓口感較為淡雅，蒂頭部位留白不轉紅是其特色，好吃之外，也十分賞心悅目。露天栽植的自然雨露雖易對草莓造成危害，卻也讓鍾文標大哥的草莓風味鮮明，是品賞草莓不可錯過的佳品！

## ■陳森郎——BD 農法培育出滋味豐厚的安心甜美



今年率先開始供應香水草莓的農友陳森郎，是國內第一位通過有機認證的草莓農友，也是台灣唯一使用 BD 農法 (Bio-Dynamic 生機互動農法) 栽種草莓的農友。他和太太從事草莓栽種已有 30 年，過去在學習慣行農法時感受到農藥的危害，採行有機種植後又遇到瓶頸，直到接觸 BD 農法，發現在同樣不能用藥的前提下，BD 農法提供了更多解方。

為了增加地力，陳森郎犧牲種植其他作物的機會，每年採收結束後詳細檢測土壤，並根據檢測結果種植 20 幾種綠肥，每年有大約半年的時間都沒有收成。陳大哥說，自己的生活需求不多，夠吃就好，要先為土地存款，以後才能夠提款。為了避免苗期用藥造成植株衰弱，陳大哥更堅持自行育苗。這種外人看起來像傻瓜般的堅持，在栽種條件日益嚴峻的極端氣候下，得到了甜美的回報。陳大哥成為全台最早開始供應草莓的農友，他栽培出來的香水草莓滋味也特別濃郁。雖然 BD 農法草莓較一般有機農價格高，但追尋購買者絡繹不絕。而今又到了滿園草莓飄香的時刻，歡迎把握機會預訂品嚐，這充滿生命活力又可安心吃的草莓！



### 貼心小提醒

1. 香水草莓果型較大，容易產生空心現象，這是本品種天然狀態，並非異常，還請社員理解。
2. 草莓嬌嫩多汁，產地鮮採後裝盒，即使是運送中的震動，或是進入冰箱冷藏，都會在草莓身上留下壓痕，這也是因草莓特質而有的必然結果，並非品質不佳或運送不良，還請社員理解後再行是否購買。並於購買後盡快食用完畢，以便吃到最佳風味。

【草莓供應小檔案】（僅列出目前已開始供應之農友）

合作農友	產地	級別	供應品項
陳森郎	苗栗大湖	環保級	香水草莓
鍾文標	苗栗獅潭	環保級	優雪、蜜香、豐香草莓



◆草生栽培造就的爽脆甜美多汁——黑糖芭比蓮霧登場

蓮霧堪稱台灣另一個深具代表性的果品。近年來，蓮霧品種推陳出新，除了早年人們所熟知的南洋種，或是黑珍珠、黑金剛蓮霧外，更有引進印尼、泰國品種進行改良。農友楊悖悖的黑糖芭比農試所選育而成的授權品種「台農三號」，果色深紅、果實碩大、口感爽脆多汁，甜度高。除保留親本的大果特性外，也改善果皮顏色的穩定性，具有形、色、質俱佳的優點，非常適合送禮；果皮深紅色、外觀亮麗及隆紋明顯；果肉結實且爽脆多汁、糖度平均約 12 度 Brix。

楊悖悖大哥的果園位在屏東內埔，原先家鄉的蓮霧園因收成不佳又耗工，楊大哥的爸爸想將其廢園改種成當地經濟產值較高的檳榔園，但在楊悖悖得爭取下才得以保留下來，並交由他管理，他隨即逐步改成採減藥及草生栽培，



全園人工除草。今年屏東久旱不雨，許多果樹幾乎是奄奄一息，農友叫苦連天，走進楊大哥的果園卻驚喜的發現，豐美的草相成為蓮霧園土壤保濕大功臣，也使得楊大哥今年的蓮霧，質、量俱佳，夏季產訪時實測黑糖芭比甜度，竟可達甜度可達 13.9 度 Brix，而且甜中帶香，

**堪稱歷來最優！**而今來到冬果產期，還請還請把握機會多多利用品嚐。

## 【蓮霧供應小檔案】

合作農友：楊悆樟

品種：黑糖芭比蓮霧

產地：屏東內埔

自主管理等級：安全級



### ◆脆甜細緻，爽口多汁——盒裝雪蜜棗開始預訂！

蜜棗含有豐富維他命 C，營養豐富。每年蜜棗產期約在 1-3 月，正逢農新年前後，加上蜜棗寓意吉祥，適合用來作為年節招待賓客的當令鮮果，也是春節送禮首選。

為合作社供應雪蜜棗的陳明輝大哥，棗園內實行全濕式管理，透過維持土壤濕度，使棗樹在十至十五天內將肥料或藥劑盡量代謝掉，做到極低的農藥殘留；此外陳大哥也投入大筆資金興建溫室及自動化遮雨棚，除了可維持蜜棗的品質和供應量穩定外也能降低病蟲害，減少農藥的施用，朝著不用藥的目標邁進！

陳明輝大哥從小在田裡長大，選擇就讀的也是農業科系，畢業後，接手管理父親的棗子園。卻在有機的路上跌了個大跟頭，損失近百萬。挫折並未讓陳大哥放棄，反倒促使他進而廣為請益各專家學者，精進管理，品質一年比一年好，**種出來的雪蜜棗皮薄多汁，耐保存性佳，而且風味濃郁，一口咬下，嘗到的是類似古早品種蜜棗的豐富香氣，卻更多汁，口舌之間除了甜蜜之外，還有極細膩的果香，這是在近年市面上過度追求甜味的蜜棗品項中難以嘗到的滋味！**問明輝大哥是怎麼辦到的？他



笑得暢快：「如果有一天，你可以聽得懂果樹跟你說話，你就知道怎麼照料它們了！」

## 貼心小提醒

為了讓社員享用到雪蜜棗最美好的風味，農友堅持完熟採收。購買後請即冷藏，以便保持最佳風味，避免持續熟化以致過熟。

## 【陳明輝\_雪蜜棗小檔案】

合作農友：陳明輝  
品種：雪蜜棗  
產地：高雄阿蓮  
自主管理等級：安全級



## ◆小巧玲瓏，甜美不酸——邱登憶砂糖橘來啦

砂糖橘是近年來國內相當熱門的新興柑桔品種，原產於中國，後引進台灣種植。外觀小巧玲瓏，有點類似日本蜜柑，大約只有一般柑橘的 1/3 大；**甜度高、酸度低**，彷彿砂糖那樣甜美，因而得名；**有別於一般柑橘類果實越大品質越佳，砂糖橘恰恰相反，果實越小，果肉越嫩越細緻，幾乎不帶纖維感，甜度風味也越濃郁**。由於砂糖橘的口感風味極佳，多汁且不酸澀，因此深受市場喜愛，國內栽種面積也日益擴大。



今年首度為合作社供應砂糖橘的是農友邱登憶。邱大哥家族在苗栗苑裡務農已歷經好幾代，柑桔園的前身是淺山丘陵地區打造的水稻梯田，每到灌溉時期，常發生農戶搶水的紛爭；因此十多年前，邱大哥決定將稻米全部改種當時還很少見的帝王柑和砂糖橘，此舉也在村子裡引起不少議論。



為了守護家族傳承下來的農地，邱大哥在經營管理上費盡心思，每月固定人工除草，也力行減藥栽培，勤於剪枝、翻鬆土壤，保持果園通風，以減少病蟲害發生。除此之外，為了守護環境生態的



多樣性，邱大哥也積極參與環境保育工作，擔任石虎保護協會的志工。苗栗苑裡一代日夜溫差大且多雲霧，好山、好水、好生態，加上悉心養護，讓邱大哥家的柑橘果實風味格外甜美。今年砂糖橘首度出現在合作社架上，並且**開放限量 500 盒預訂**。產期約只有一個月，還請把握機會嘗鮮。

**貼心小提醒**

砂糖橘的保存其實簡單，收到時可以先把它打開放到容器上，先給悶在箱子裡的小橘子出來透透氣，避免過於潮濕引起發霉，接著只要放在室內環境，不須冷藏。食用前挑選比較熟黃的果實先食即可。

**【砂糖橘小檔案】**

合作農友：邱登憶

品種：砂糖橘

產地：苗栗苑裡

自主管理等級：安全級



皮薄多汁，柑橘中的小巨人

邱登憶帝王柑首度供應

◆皮薄多汁，柑橘界的小巨人——邱登憶帝王柑首度供應

帝王柑相傳改良自中國山東貢橘，外表青綠，看起來像柳丁，但其實是橘子吃法。最大特點是果皮很薄，果型比一般橘子小，表皮光滑油亮，黃綠色的外表常讓人誤以為它很酸，但剝去果皮厚，亮金黃色的細緻果肉吃起來清爽甜蜜，完全不帶酸味，而且果汁含量極高。一口咬下，略為辛辣的花果香隨精油迸出，果肉幾乎入口即化的細緻口感，讓人驚嘆，忍不住一顆接一顆。小小果實卻有如此強大風味能量，果然不負「帝



王」之名！



為合作社供應帝王柑的農友，原本是溪底遙學習農園的蕭秋文阿伯。但秋文阿伯已屆 80 高齡，今年在女兒強烈要求下退休，眼看香氣迷人細緻的帝王柑就要成為絕響，所幸有新農友邱登憶接續供應。帝王柑風味迷人，可惜產期只有短短 40 天，社員們還請把握時機好好品嚐。

**貼心小提醒**

帝王柑果皮較薄，如無法盡快食用完畢，請略以報紙包覆，以免表皮過乾難以剝開。

**【帝王柑小檔案】**

- 合作農友：邱登憶
- 品種：帝王柑
- 產地：苗栗苑裡
- 自主管理等級：安全級



**◆喜氣洋洋的金色果實——鮮食長實金柑供應中**

金柑，就是大家所熟知的金棗，一般人常看到被加工成蜜餞，但其實，鮮食金柑別有風味，而且營養價值高，外觀金黃悅目，擺盤喜氣，是年節熱門水果。目前金柑類有三個品種，長實、長壽、寧波。寧波只有甜味，長壽比較大、脆、厚；長實金柑是目前市場主力，營養價值高、維他命 C 也多，可以當水果直接吃，加工運用也很多元。金柑主要食用部位其實是果皮。有別於多數柑橘的果皮酸澀難食，金柑的果肉微酸，反倒是果皮 Q 彈且香甜，一口咬下，柑橘精油香氣沁人心脾，口中滲出絲絲甜味，令人忍不住一口接一口。

金柑最知名產區在宜蘭，冬季迎東北風，低溫潮濕的坡地，正適合金柑熟成。這樣的生長環境，結出來的金柑皮 Q 彈、脆軟，果肉甜分高又多汁。不過也因為雨水多，容易落果、裂果，照顧更不容易。

早年宜蘭的金柑多半加工醃漬外銷，因此在品質與栽培管理的要求較低，除草劑與施用農藥以便節省人力的低成本管理幾乎是過去金柑產業的常態，也因此少有人知鮮食的風味。農友林庭財 15 年前返鄉接手家中果園，開始致力種植可鮮食的金柑，從產銷履歷開始，朝有機之路邁進。有機金柑鮮果最困難的就是病蟲害，庭財大哥除了投資建造溫網室，培養地力，不用除草劑與農藥，更與花蓮農改場合作，逐年實驗觀察並諮詢專家，提升技術與品質，歷經三年，終於成為台灣第一個通過有機認證的鮮食金柑生產者，也讓更多人認識到鮮食金棗的美味。



鮮食金柑的大受歡迎，翻轉了宜蘭金柑產地的命運，讓土地更加永續安全。而且為了讓大家享用到金柑的最好風味，庭財大哥堅持完熟不搶收，終於趕在年前與大家見面。敬請社員多加把握利用！

貼心小提醒：金柑皆為完熟採收，如未能馬上食用完畢，請放入冷藏保存為宜。

**貼心小提醒：**金柑皆為完熟採收，如未能馬上食用完畢，請放入冷藏保存為宜。

### 【長實金柑供應小檔案】

合作農友：林庭財

品種：長實金柑

產地：宜蘭礁溪

自主管理等級：友善級



甜酸迷人風味足，市面難尋的安心果香

## 巨峰葡萄冬果供應中

## ◆甜酸迷人風味足，市面難尋的安心果香——巨峰葡萄冬果供應中

天氣漸涼，台灣的水果市場上除了蘋果、雪梨、柑橘類正熱鬧，酸甜迷人的巨峰葡萄冬果也來報到了！巨峰葡萄（日語：巨峰 / きょほう Kyohō、英語：Kyoho）源自日本，是釀酒葡萄的一個變種，果形圓碩飽滿，也是目前台灣種植最普及的品種；果實肉質厚實圓潤飽滿，鮮美多汁，口感甜美，香味濃郁，廣受國人喜愛。

目前在台灣，巨峰葡萄大致分為夏果與冬果兩個產期，夏果大約從 5 月供應到 8 月，冬果則是入冬後到次年春天。夏果的果型略大，色澤較淺甚至偏紅。因夏天雨水多，相較果實水份也多，甜酸比高；**冬果顏色深黑，果肉比較有 Q 度，較為甜美，風味上比較宜人**，因此許多葡萄愛好者偏好冬果更甚於夏果。

葡萄營養豐富，含有多酚類，花青素以及類黃酮等抗氧化成分。但表皮細嫩嬌貴，只要有蟲蟲（花薊馬）爬過，往往就留下痕跡。農友們為了照顧葡萄外觀，常需施藥防治。根據 109 年農委會的農產品農藥檢測研究，葡萄的農藥檢出率高達 91%，一個葡萄產季，施用農藥的次數甚至可高達 30 次！今年氣候炎熱，施藥需求更加提升。合作社農友，為了讓大家吃到安全的葡萄，力行減藥，除了提早套袋，也忍痛犧牲產量與所謂「完美」的外觀，終能減少施藥八成以上。也因此合作社可以放心吃的葡萄，是社員熱愛利用的重要水果品項。

← 葡萄外皮的白色粉末是果粉，代表葡萄新鮮且甜度高，是好品質的象徵，不是發霉哦！



### ■古東喜——專業高品質管理風味足的葡萄

目前為合作社供應巨峰葡萄的有農友古東喜、賴順清與賴國鎮。古東喜專業種植葡萄多年，為了有效做到減藥栽培，甚至新增了溫室田區。古大哥的種植掌握了三大關鍵，一是草生栽培，豐富的草相涵養土壤水分，使得葡萄結果期更穩定；其二為掌握葉果比，當光照、積溫充足時才能轉換糖分、轉色成渾厚的紫黑色；其三為施藥濃度

較薄、施藥次數減少，部分改用非農藥防治資材。專業且安全的管理，讓古東喜大哥的葡萄風味十足，成為深受社員喜愛且放心利用的水果。

### ■賴順清——與雞共舞生機勃勃的葡萄

賴順清大哥種植葡萄已有 30 年的經驗。十多年前開始力行減藥，頭幾年不習慣，且收成銳減，讓賴大哥深感挫折。所幸賴大哥未因此放棄，反而更因此精進管理技術，除提前套袋外，園中亦養雞整草除蟲，肥嘟嘟的雞群鎮日在葡萄葉影下穿梭覓蟲，為靜謐的葡萄園帶來蓬勃生機。歷經多年努力，賴大哥的葡萄終得減藥八成以上，雖然有時因氣候因素，果



實外觀不見得完美，卻可安心帶皮吃，而且風味十足！

## ■賴國鎮——風味濃郁甜度足的葡萄

賴國鎮大哥也是資深農友，為了讓社員食得更安心，力行減藥，以降低土地環境傷害與人體負擔，產出的巨峰葡萄果皮黑亮、外表果粉均勻飽滿、果肉 Q 彈多汁，顆顆風味濃郁、甜度十足！

### 貼心小提醒

1. 葡萄在常溫下約可存放 3-4 天，若放至冰箱冷藏約可存放 15-20 天，但需用報紙好後再冷藏，以防水分流失！葡萄外皮的白色粉末是果粉，不是發黴，可安心食用！
2. 清洗葡萄前，建議可使用剪刀將葡萄剪下。因為用拔的容易造成葡萄有破口而讓清水滲入，影響風味口感。

### 【巨峰葡萄供應小檔案】

合作農友	產地	級別
古東喜	台中新社	安全級
賴順清	彰化大村	農好級
賴國鎮	彰化大村	安全級



### 產地速報

2021-2022 年，中國無預警以驗出病蟲害為由停止台灣鳳梨釋迦進口，國內釋迦歷經了有史以來最嚴酷的寒冬，今年部分鳳梨釋迦恢復輸中，留在台灣的釋迦彌足珍貴，還請把握產期多多利用。

### ◆濃郁滑嫩，細緻甜酸比——守護土地生機鳳梨釋迦、大目釋迦冬果開始供應

釋迦含有豐富的礦物質鉀、鈣、鎂、維生素 C 和膳食纖維，每 100g 釋迦果肉中的維生素 C，幾乎是檸檬的三倍，是營養價值相當高的水果。釋迦甜美軟嫩，格外容易招引蟲蟲的青睞，要

做到減藥栽培就已經十分困難了，更何況是取得有機認證？為合作社供應釋迦的青農李俊儀，是國內少數取得有機認證的釋迦農友。2009年莫拉克風災後，俊儀返鄉跟爸爸學習種植釋迦，逐漸從減少用藥轉為友善及有機栽培，只為了讓田間的生態更加自然多元，生產更安全的釋迦。「藥噴下去，蟲蟻就沒有了，釋迦就漂亮啦！又省事！」俊儀就偏不肯。忍受著習於慣行農法的父執輩天天碎碎念，俊儀致力營造釋迦園中的生態多樣性：除草不將草除淨，而是採「跳島式割草」，刻意留下縱橫的草堆棲位，供小生物們棲習；對於令人傷腦筋的粉介殼蟲，俊儀特別請專人用高壓空氣槍噴除驅趕，並提前套袋



，**費時又費工，除了要讓消費者吃得安心，也為了守住土壤的生機。**

而為了提升釋迦風味，俊儀也不追求極致產能，而是「合理留枝」。修剪整枝時，適度留下許多被傳統農夫視為徒長枝的「營養枝」，以便行光合作用充分供應果樹養分；也不像傳統農法，盡可能留下結果枝，而是計算所需產量，一枝一果，只留下夠用的就好。所以一棵樹大約只產出 30-40 顆果實，比一般慣行果樹動輒百顆的產量少太多。合理留枝的結果，果樹與果實都得到充分養分供應，所以儘管不施化肥農藥，俊儀的釋迦果重不輸慣行重肥催出的果實，而且風味更濃郁自然，甜酸比細緻。

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、或有裂口，或是外觀有白色粉狀物，無法像慣行釋迦那樣乾淨青綠。這都是友善耕作釋迦與自然共存留下的勳章，但果肉依舊白嫩可口，而且風味更佳濃厚，更安全，希望大家一起珍惜，多多利用。

### 貼心小提醒

剛買回家的釋迦還硬硬的，大約需再放個 5-7 天左右，摸起來稍微變軟、

表皮出現一些黑點後在切開時用，微酸微甜風味最佳，但也不要放到過軟，以免過於甜膩。在釋迦熟成之前，千萬不可放入冰箱，以免低溫中斷釋迦的熟成，形成「啞巴果」。

1. 剛買回家的釋迦還硬硬的，大約需再放個 5-7 天左右，摸起來稍微變軟、表皮出現一些黑點後在切開時用，微酸微甜風味最佳，但也不要放到過軟，以免過於甜膩。在釋迦熟成之前，千萬不可放入冰箱，以免低溫中斷釋迦的熟成，形成「啞巴果」。
2. 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。這都是友善耕作釋迦與自然共存留下的勳章，但果肉依舊白嫩可口，而且



風味更佳濃厚，更安全，希望大家一起珍惜，多多利用。

## 【大目釋迦供應小檔案】

合作農友：李俊儀

品種：大目釋迦、鳳梨釋迦

產地：台東太麻里

自主管理等級：環保級

## 蔬果品質說明

◆【食用百合小常識】食用百合有時吃起來略帶苦味，這是什麼原因造成的呢？有什麼方法可以調整嗎？



食用百合的苦味來源是花青素，通常是陽光（紫外線）照射所產生；而百合鱗莖的澱粉轉化為糖時則會產生自然甜味，調和花青素的苦味。但如果照射陽光過多，導致**花青素含量較高，或是澱粉轉化為糖的量不足，都會讓苦味變得明顯**。但這都是正常現象，不影響食用安全。

**食用小秘訣：**花青素不耐熱，受熱後容易

被氧化、分解。如果不想吃到苦味，建議可以延長食用百合烹調時間，將之煮至熟軟，即可減少苦味的留存。

◆【醜檸檬大考驗】潘穎儒的環保級檸檬外觀有夠醜，這還能吃嗎？

近來到站的社員可能會發現，站所架上有一些檸檬看起來真的不是普通的醜，果形大、果皮嚴重凹凸不平，甚至有布滿黑點或鏽斑的檸檬，讓人忍不住懷疑「這種檸檬真的可以吃嗎？」

事實上，這是農友潘穎儒與先生黃士珈所種

的環保級檸檬，因為採有機種植，不用藥防治，導致果實表皮上的蟲咬痕跡明顯，但完全不影響內



▲取等重檸檬實測，合作社農友潘穎儒的檸檬，外觀雖醜，但榨汁率與風味都優於市售檸檬許多！



在與儲放，而且品質優於市面上其他檸檬許多。果肉細緻，經實測榨汁率高達 40.4%，遠遠優於一般四季檸檬的平均值 35%，原汁可以直接喝，不嗆口且回甜，香氣迷人。最醜的檸檬，有著最美好的內在，絕對顛覆一般人的想像。歡迎把握產期多多利用品嘗！



## ◆綠肉奇異果買回後切開，發現果肉有某些白霧狀斑塊，而且有這種斑塊的奇異果較不容易後熟，是什麼原因造成的呢？

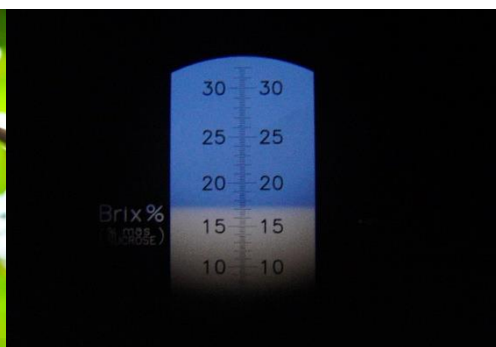
農友廖文扶大哥表示，今年山上雨水多，七月時更逢大雨，部分奇異果幼果時可能有受病菌感染而產生內部海綿化的狀況；此外因果肉受病菌侵襲，也會有不易後熟的現象。且因農友幾乎沒有用農藥去制菌（因此今年也來到農藥無檢出的農好級），因此今年奇異果時採收時，有這種海綿化狀況比的機率往年高一些。其實說起來也算是農友減藥栽培的印記。還請社員們理解，多多包涵！



## ◆葡萄表面宛如地圖般的花紋是什麼原因造成的呢？還可以吃嗎？

如果您最近在架上看到賴順清大哥的葡萄，可能會發現果皮上除了豐厚果粉，還有著地圖般的花紋。這可不是新品種，而是賴順清大哥致力葡萄減藥栽培的印記。

葡萄表皮細嫩嬌貴，只要有蟲蟲（花薊馬）爬過，往往就留下痕跡。農友們為了照顧葡萄外觀，常需施藥防治。根據 109 年農委會的農產品農藥檢測研究，葡萄的農藥檢出率高達 91%，一個葡萄產季，施用農藥的次數甚至可高達 30 次！今年氣候炎熱，施藥需求更加提升。為合作社供貨葡萄多年的資深農友賴順清大哥，為了讓大家吃到安全的葡萄，力行減藥，除了提早套袋，也忍痛犧牲產量與所謂「完美」的外觀，終能減少施藥八成以上。也因此，花薊馬危害尤其嚴重，在賴大哥的葡萄上留下了地圖般的印記。儘管外觀與大家熟悉的葡萄有些差異，但賴大哥的葡萄照樣果粉濃厚，風味十足，甜酸比高，完勝市售葡萄。產訪時品測，雖然葡萄尚未完熟，甜度即已高達



17-18 度。今年冬季賴順清大哥的葡萄產量不多，歡迎多多利用，支持農友寧願少收，也要供應安心水果的心意！

▲賴順清大哥犧牲了收入與產量，只為減少用藥，讓大家有安心美味的葡萄可吃，歡迎多多支持！



## 📢 產品說明&季節性預防提醒

### ➤ 綠主張生態洗衣精全瓶器改用再生塑料製瓶

生產者綠宣，自 11/22 生產批次起~全瓶器選用 100%再生塑料製造，其材質及配方不變，雖然使用再生塑瓶成本較高，能讓包材永續循環利用更有意義性，將吸收了多餘的成本不調整價格，瓶器因再生塑料製造，瓶身會出現小黑點為正常現象，這也是使用回收塑料再製最好的證明，不影響洗衣精功能性，支持選用友善環境清潔劑讓生態永續。

## 📢 產品資訊

### ◆ 新品上市:(全社供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
鈣鎂 D 膠囊	60 粒/瓶	昱倫生物科技股份有限公司	380	2024/01/01	常態	昱倫成立已 20 餘年，為廣得利膠囊子公司，承襲母公司製作膠囊多年經驗及嚴謹踏實的生產管控，建造符合 GMP 審核標準的生產環境。選用天然海藻鈣、海水抽出物，搭配啤酒酵母及納豆菌發酵物，補充身體所需營養素鈣、鎂、維生素 D 及 K。
黑芝麻五寶沖調粉(無加糖)	450 克/罐	薊園生技股份有限公司	260	2024/01/01	常態	生產者為薊園，選用黑芝麻為基底，並使用 65%本土農糧-黑豆、黑米、黑玉米、黑木耳。指定合作社生產者喜願之青仁黑豆，黃金比例調配成美味兼具營養之沖調飲品。此外無添加糖、百分百呈現原味。沖泡方式除了使用溫熱開水外，亦可使用溫熱牛奶來沖泡，增加其風味。
法式水果軟糖-草莓口味	85g/包	豆之家	90	12/18	無	使用指定原料-草莓果實，將來不及採收的水果使用法式水果軟糖製作方式保存下來，提供全食物利用的另一種型態，產線為全素食，不使用香料、色素、防腐劑與濃縮果汁製作，吃得到草莓濃郁的香氣與軟 Q 口感，更將法式軟糖的砂糖外衣改成木薯粉，不造成負擔，也可以隨身攜帶，在需要時進行食用。
法式水果軟糖-香檬口味	130g/包	豆之家	90	12/18	春節限量	使用 13.9%的社內指定香檬原汁，具獨特芳香風味，無添加香精、防腐劑及人工色素，製作於全素產線，素食者可食用。 <b>*2023 年度調整包裝規格，增量供應社員，請多多利用</b>
古早味花生糖	300g/罐	福瑄	140	12/20	春節限量	使用台灣本土花生仁焙炒後與麥芽糖等拌勻，糖體不黏牙、不過分甜膩，並且使用椰子油製作，讓花生糖的油品安全更上一層，整體花生糖薄、脆、不膩口，是平日、過年、送禮的最佳選擇
原味寸棗	150g/包	亞世家	57	12/25	春節限量	(一)使用天然酵母經長時間發酵後油炸製作，整體糖薄、脆、不膩口，口感扎實，不

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
						只是作為年節供桌上使用，也適合作為送禮、日常的零食。 (二) 一年一次在供桌上的三寶(麻糬、雙色生仁糖、寸棗)在過年是重要角色，麻糬、糰-與老同音表長壽；生仁糖又稱天公豆，台語中有生人、人丁興旺之意，而寸棗由於外形像樹枝分枝散開的意涵在內，也有人丁興旺與綿延的象徵，是過年時必備的小點心
黑芝麻寸棗	150g/包	亞世家	57	12/25	春節限量	(一) 使用天然酵母經長時間發酵後油炸製作，整體糖薄、脆、不膩口，口感扎實，不只是作為年節供桌上使用，也適合作為送禮、日常的零食。 (二) 一年一次在供桌上的三寶(麻糬、雙色生仁糖、寸棗)在過年是重要角色，麻糬、糰-與老同音表長壽；生仁糖又稱天公豆，台語中有生人、人丁興旺之意，而寸棗由於外形像樹枝分枝散開的意涵在內，也有人丁興旺與綿延的象徵，是過年時必備的小點心
手工麻糬(杏仁)	150g/包	亞世家	160	12/25	春節限量	(一) 使用狗蹄芋及糯米純手工製作、日曬手續繁複的麻糬菓心、前置烘烤出香氣的杏仁片，均勻的沾附於菓心，多項手續耗工又耗時，每日製作量體有限，是少數願意傳承傳統的老師傅工藝 (二) 一年一次在供桌上的三寶(麻糬、雙色生仁糖、寸棗)在過年是重要角色，麻糬、糰-與老同音表長壽；生仁糖又稱天公豆，台語中有生人、人丁興旺之意，而寸棗由於外形像樹枝分枝散開的意涵在內，也有人丁興旺與綿延的象徵，是過年時必備的小點心
手工麻糬(白芝麻)	150g/包	亞世家	100	12/25	春節限量	(一)使用狗蹄芋及糯米純手工製作、日曬手續繁複的麻糬菓心、前置烘烤出香氣的白芝麻，均勻的沾附於菓心，多項手續耗工又耗時，每日製作量體有限，是少數願意傳承傳統的老師傅工藝 (二)一年一次在供桌上的三寶(麻糬、雙色生仁糖、寸棗)在過年是重要角色，麻糬、糰-與老同音表長壽；生仁糖又稱天公豆，台語中有生人、人丁興旺之意，而寸棗由於外形像樹枝分枝散開的意涵在內，也有人丁興旺與綿延的象徵，是過年時必備的小點心
棗泥核桃軟糖	250g/包	聯淳	200	12/25	春節限量	年節必備糖果，使用麥芽糖、人工剝下黑棗果肉與核桃製成，厚軟不甜膩，黑棗與核桃風味濃郁，口感豐富，大人小孩都喜歡。 <b>*2023 年度調整包裝規格，增量供應社員，請多多利用</b>

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
花生酥心糖	250g/包	聯淳	125	12/25	春節限量	年節必備糖果，口感酥脆，濃郁花生香。 <b>*2023 年度調整包裝規格，增量供應社員，請多多利用</b>
手工雙色生仁糖	200g/包	森丰	150	12/25	春節限量	使用台灣花生，100%無添加防腐劑、色素與甜味劑，使用日式裹糖工藝方法，讓本土雜糧的花生裹上少量的糖，除了年節是供桌上的產品外，也可做為零嘴好物，於年節期間與親朋好友分享
海苔煎餅	150g/包	鴻福	55	12/25	常態上架	添加本土全麥粉(指定原料)，再搭配台灣本土生產的青海苔將煎餅帶入另一個風味口感與層次，無添加色素、防腐劑與香料，忠實呈現產品原味，與原煎餅口味搭配同品類不同口味的新選擇
金目鱸魚丸	300g/包	湧升	240	2024/1/1	無	來自屏東產銷履歷養殖鱸魚，無添加磷酸鹽及防腐劑，加入魚皮，黑色斑點屬正常現象。去刺魚肉製成，仍有殘留細刺，食用時請留意。
柴焙帶殼龍眼乾(特大)	300g/包	楊滂瓊	250	2024/1/1	限量	生產於台南東山的龍眼，就地取材的製作出土窯、磚窯，將採收後的龍眼鮮果，去枝去葉，一顆顆的放置於窯內的烘烤床上，一旦開始烘烤製作，需要不斷火且持續添加木柴，需要 5 天以上不斷火的熱煙、熱風燻製，製程中更要依據龍眼的狀態，添加薪火與火力大小的調整、上下窯層翻烤與左右滾動换位，剝殼試吃果肉的狀態來判定是否完成果乾的製作，果肉過乾或含水量過高，都是需要長久經驗累積才能準確判斷，站在窯邊，連人都被燻到眼睛睜不開，又有戲稱為流淚龍眼乾，每一顆都是粒粒皆辛苦。 龍眼的產季短、鮮食保鮮期短，更擔心產季的雨水，簡單的雨水就會讓龍眼掉落、損壞風味，因此在產區除送到外縣市販賣外，為節省人力費用、延長保存、才會將鮮果加工成龍眼乾與剝成龍眼乾肉(又稱桂圓)，是一種全食物利用、惜食愛物的好習慣，只是柴焙的環境悶熱又充滿煙霧，願意再接班的人是越來越少，甚至是不再進行這個產業，還能吃到古法柴焙龍眼乾是稀有且難能可貴，果肉濃郁燻製的香氣，與燃油加上部分柴焙烘製的是完全不同，撥開果乾吃下的是 Q 彈香甜，滿滿惜物之情，今年改為小包裝也適合過年讓社員贈送親朋好友的好物

## ◆ 恢復供應: (限量供應/季節性供應，全區供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
虱目魚香絲	50g/包	鰻鄉	90	2024/1/1	虱目魚香絲係生產者「鰻鄉企業社」採用生態養殖的虱目魚背肉加工製作，將多刺的虱目魚背肉加工成別具特色的香絲，方便、安心、好吃之外，也有助於平衡虱

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					目魚各部位利用比例。香絲中 70%的魚漿原料全部使用虱目魚漿，不混其他魚種，虱目魚風味濃郁，可以直接食用，亦可依喜好灑佈在菜餚或湯品中。 <b>*春節限量</b>
原味花生牛軋糖	250g/包	聯淳	125	12/25	年節必備糖果，成份單純，麥芽糖與花生完美交融，帶有奶香味。 <b>*春節限量</b>
檸檬咬一口天然糙米餅乾	135g/罐	看天田	165	12/25	不使用麵粉，使用看天田農場友善環境種植的糙米，製作成無麩質餅乾，善用蛋白、檸檬皮等原料，無泡打粉等添加物。 <b>*春節限量</b>
小紅豆	200g/包	松記	93	12/25	紅豆以單純的糖蜜漬而成，不添加色素與防腐劑、人工甘味劑，呈現傳統零食的原色原味，不論是直接吃，還是製作甜點甜湯，都很適合。因未添加防腐劑，保存期限為 45 天；產品係以真空狀態常溫保存，若開封後未能單次利用完畢，請社員記得封好後放入冰箱冷藏保存，並盡速食用完畢。 <b>*春節限量</b>
甘納豆	200g/包	松記	92	12/25	白雲豆以單純的糖蜜漬而成，不添加色素與防腐劑、人工甘味劑，呈現傳統零食的原色原味，不論是直接吃，還是製作甜點甜湯，都很適合。因未添加防腐劑，保存期限為 45 天；產品係以真空狀態常溫保存，若開封後未能單次利用完畢，請社員記得封好後放入冰箱冷藏保存，並盡速食用完畢。 <b>*春節限量</b>
雜糧沙琪瑪禮盒	720 公克/盒	鴻福	180	12/25	使用合作社指定原料喜願本土全麥粉製作，麵粉中使用 15%本土全麥粉，不添加人工色素與防腐劑，增加芝麻雜糧與果乾類，增添口感與風味，提盒包裝送禮自用皆可。 <b>*春節限量</b>
胡椒菜脯餅	200g (8 小包/袋)		56		原料單純，懷念的菜脯餅風味且無添加味精等人工香料，鹹香的古早味，小包裝可以分享多人，是節慶分享好物。 <b>*春節限量</b>
岩燒海苔餅			56		原料單純，不含人工香料，鹹香自然的海苔風味，小包裝可以分享多人，是節慶分享好物。 <b>*春節限量</b>
玉米好棒棒	140 公克/包	上下游	125	12/25	使用完整全粒的本土非基因改造硬質玉米，搭配友善環境種植的糙米，再加上一點點糖與棕櫚油，呈現最完整的玉米穀物香甜風味，增加本土米糧食用率。 <b>*春節限量</b>
開心果	200g/包	寬達	158	12/25	選用產地美國的開心果，烘烤過程中僅使用食鹽調味，提升堅果風味，不添加任何添加物，是年節零嘴好物之一。 <b>*春節限量</b>
九號花生(全素)	300g/包	慶新	130	12/25	使用台灣本土九號花生，通過黃麴毒素檢驗的花生為原料沙炒製作，風味佳，無添加防腐劑及甜味劑，富有花生香氣並帶有香脆口感。 <b>*春節限量</b>
鹽香九號花生	300g/包	土豆世家	112	12/25	選用台灣本土九號花生，利用鹽水浸漬調味再使用河砂焙炒，無添加防腐劑及甜味劑，富有花生香氣並帶有

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					香脆口感 <b>*春節限量</b>
鮮乳坊蛋捲禮盒-250g	250g/盒	慕渴	398	12/11	使用合作社指定原料:非籠飼雞蛋、豐樂鮮乳，來源清楚，並且無添加人工香料，吃的安心。因原物料及人工調漲,新一批起調價為 398 元/盒。 <b>**12 月第一週週報誤植為 389 元，還請見諒</b> <b>**季節批量提供</b>
沙茶石斑魚頭鍋	1400g/包	漢典	559	12/25	指定特選石斑魚頭，大白菜熬煮湯頭，合作社指定沙茶醬、黑豆醬油及辣豆瓣醬等調味料，融合魚鮮及沙茶香，傳統台式風味。 1、2023.12.25 起改以年節限量上架供應。 2、因原物料及人工調漲,新一批起調價為 559 元/包(原價 539 元)。 <b>**春節限量供應</b>
筍絲蹄膀	1450g/包	漢典	589	12/25	合作社指定黑豆醬油、米霖，蹄膀醃製一天後進按摩機使肉質柔軟後，以慢火燜燉後使其入味，入口即化，肥而不膩。 1、2023.12.25 起改以年節限量上架供應。 2、因原物料及人工調漲,新一批起調價為 589 元/包(原價 549 元)。 <b>**春節限量供應</b>
剝皮辣椒蕈菇雞湯	2400g/包	元榆	659	2024/1/1	指定使用元榆牧場黑羽土雞與就是鮮菇的有機乾燥菇，加入剝皮辣椒共同熬煮，湯頭溫潤回甘。 <b>**春節限量供應</b>
龍眼乾肉-300g	300g/包	豪紳	365	12/18	使用楊彥瓊生產的龍眼乾肉，由豪紳分裝供應，鮮龍眼利用傳統土窯，以龍眼木熱風燻烘，保留完整香氣並增加 Q 度；可直接食用，或製作甜米糕、八寶粥或冰淇淋，也可煮人參茶、福圓茶或自製桂圓酒。 <b>**限量提供</b>
石斑魚(黃芬香)---500g	500g	御鑫	395	12/26	由指定生產者黃芬香以純海水粗放養殖，收成時立刻放血，加工處理後再以超低溫冷凍保存，確保魚肉的鮮度。適合清蒸、煮湯皆宜。 <b>**限量提供</b>
石斑魚(黃芬香)---700g	700g		430	12/26	

◆ 價格異動:

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	異動原因說明	供應區域
青江菜豬肉水餃	50粒/包	沛騰	255	270	2024/1/1	因原料、工資調漲，生產者進價調漲，同步調整售價。	全區

◆ 包材異動:

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	異動原因說明	供應區域
信功實業股份有限公司 相關產品	-	-	信功實業股份有限公司	已上架	依據法規規定，產品包裝不得標示 HACCP 相關字樣，因此將部分包裝說明內容塗改，請社員見諒	全區

## ◆ 產品優惠: (全社皆有供應)

品名	規格	生產者	原價	優惠價	優惠期間	優惠原因	9折身分是否再享優惠
草莓雪酪	250g/杯	舞茶	175	149	批次利用完為止	歡迎社員多加利用·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
海鹽西瓜冰棒(春一枝)	80g*3入/盒	春一枝	140	119	批次利用完為止	利用趨緩·作為餐後甜品十分合適·採單品85折優惠·歡迎社員多加利用·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
百香果冰棒(春一枝)			115	98			
蜂蜜檸檬冰棒(春一枝)			140	119			
吳郭魚	500公克(1~4尾)	邱經堯	160	130	11/13~12/30	生產者提供優惠·鼓勵社員多加利用	是
雞蛋(西湖)--10入	10入/盒	五湖畜牧場	1盒/118元	2盒/組/200元	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2盒/組優惠價200元·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
鮮乳坊豐樂鮮乳	936cc/瓶	慕渴	112元/瓶	208/2瓶	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2瓶/組優惠價208元。	否
全脂鮮奶	946cc/瓶	四方	105元/瓶	190/2瓶	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2瓶/組優惠價190元。	否

## ◆ 暫停供應:

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
花生小魚	140g/罐	溪和	年貨品項·因本年度小魚供貨不穩·本年度暫停供應。	即日起

## ◆ 停止供應:

品名	規格	生產者	停止供應說明	停止供應時間
原味寸棗---150g	150g/包	全冠	更改供應商	即日起
黑芝麻寸棗---150g				
麻糍(白芝麻)---150g				
麻糍(杏仁)				
雙色生仁糖	250g/包			
法式香檬軟糖---100g	100g/包	豆之家	變更供應規格及品名	即日起
花生酥心糖---220g	220g/包	聯淳	變更供應規格	即日起
棗泥核桃軟糖---220g				
潤膚乳霜(伊蘭伊蘭香味)---50g	50g/條	瑪諾蘭迦	因利用狀況不佳·庫存利用完畢即停止供應	社內庫存利用完為止
顏色護髮粉 100%純指甲花(橘褐色)---60g*2	60g*2/袋	知庭	因利用狀況不佳·庫存利用完畢即停止供應	社內庫存利用完為止
芳香精油(迷迭香)---10ml	10ml/瓶	瑪諾蘭迦	因利用狀況不佳·庫存利用完畢即停止供應	社內庫存利用完為止

品名	規格	生產者	停止供應說明	停止供應時間
桃源香梅梅精---50g	50g	桃源香梅米如呼手作坊	利用狀況不佳，庫存利用完畢即停止供應	社內庫存利用完畢

## ◆ 供應狀況:

品名	規格	生產者	缺貨狀況說明	預計恢復時間
不漂白抽取衛生紙(指送)---48包8袋	48包8袋	永豐餘	因機台維修中，暫時無法供應。	2024/1月中
再生衛生紙便利包(指送)---60包6袋	60包6袋	永豐餘	因機台維修中，暫時無法供應。	2024/1月中
薑黃粉---100g	100g	日正元	生產者批次量已出清	預計明年2月下旬後
優質特級冷壓橄欖油	750ml	瑪諾蘭迦	因船期延遲，新一批進口時間預計1月初	2024/1/15

## ◆ 推廣活動:【年貨大街-平安龍福氣】

平安龍福氣~有呷甜·過好年

2024/02/09(五)除夕

品名		規格	價格
過 年 應 景 零 食	原味寸棗(新品)	150g	57
	黑芝麻寸棗(新品)	150g	57
	手工麻糍(杏仁)(新品)	150g	160
	手工麻糍(白芝麻)(新品)	150g	100
	原味花生牛軋糖(奶蛋素)	250g	125
	棗泥核桃軟糖	250g	200
	花生酥心糖	250g	125
	手工雙色生仁糖(新品)	200g	150
	小紅豆	200g	93
	甘納豆	200g	92
	炭焙帶殼龍眼乾(特大)	300g	250
	炭焙帶殼龍眼乾(大)	300g	200
	鹽香九號花生	300g	112
	九號花生	300g	130
	古早味花生糖(新品)	300g	140
	法式水果軟糖-香檬口味(新品)	130g	90
	法式水果軟糖-草莓口味(新品)	85g	90
	岩燒海苔餅	200g(8小包)	56
	胡椒菜脯餅	200g(8小包)	56
	台灣玉米好棒棒	140g(4包)	125
檸檬咬一口天然糙米餅乾(奶蛋素)	135g	165	
仙楂美人果	150g	210	
鹹金柑蜜餞	300g	200	
杏仁角海苔脆片	120g	165	

品名		規格	價格
	開心果	200g	158
午茶沖調飲品	花旗參銀杏茶	250g	500
	黑芝麻五寶沖調粉-無加糖(1/1 上架)	450g	260
	本格梅酒(原價 385 元) (此為酒品·請至站所利用)	600ml	360
	果釀梅醋(原價 285 元)	500ml	260
走春伴手禮在這	鮮乳坊蛋捲禮盒(奶蛋素)	250g(10 入)	398
	原味蛋捲(奶蛋素)	540g	415
	台灣山茶花籽油(金椿)	300ml	1,850
	薄鹽海苔	60g(6 包)	180
	原味沙琪瑪禮盒(奶蛋素)	720g(18 入)	148
	雜糧沙琪瑪禮盒(奶蛋素)	720g(18 入)	180

※未特別標註品項為全素，以上品項皆限量供應，利用完為止。

※法規規定網路不得販售菸酒，故請有需求的社員，至站所利用，謝謝！

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康

## 年節精選水畜產，年年有魚在這裡

推廣時間：12/25(一)~2/8(四)

※以下品項皆限量供應，利用完為止。

品名		規格	價格	推廣價
年節餐桌慶有餘	石斑魚	500g	395	395
		700g	430	430
	金鯧(邱同緯)	350g(中、南社)	269	269
		400g	299	299
	船釣赤鯨(溪和)	300g	440	430
		350g	495	490
	黃雞魚(溪和)	250g	225	210
		300g	260	245
澎湃海陸好滿足	日本生干貝(元家)-S	1,000g	1,800	1,800
	日本生干貝(元家)-3S	1,000g	1,470	1,470
	烏魚子-120g	120g	1,025	902
	烏魚子-140g	140g	1,250	1,100
	蝦仁起司火鍋料	300g	175	166
	優質牛肉火鍋片	300g*2	520	416
	羊肉火鍋肉片(紐西蘭)	300g*2	600	480
	羊肩排(紐西蘭)	300g	395	336
	培根(五花肉片)-300g	300g	170	162
限量	剝皮辣椒雞湯 (1/1(一)上架)	2,400g	659	659



品名		規格	價格	推廣價
供應	筍絲蹄膀	1,450g	589	589
	沙茶石斑魚頭鍋	1,450g	589	589
萬用 百搭 淋醬	沙茶醬	210g	140	140
	丁香干貝醬	170g	290	261
	本土黑豆瓣醬	460g*2	320	270
	本土黑豆豉	80g*2	110	90

## 年節伴手禮~組合帶著走

推廣時間：12/25(一)~2/8(四)

※因系統限制，下列組合僅站所供應，組合品項皆有利用才享折扣，單品利用恕不折扣。

※以下品項皆限量供應，利用完為止。

品名		規格	價格	推廣價
海鮮澎湃組	日本生干貝 S	1,000g	2,099	1,880
	金鯧-邱同緯(400g)	400g		
海陸歡慶組	日本生干貝 3S	1,000g	1,900	1,720
	平埔黑豬戰斧豬排	300g		
開運養生沖調組 (1/1 上架供應)	黑芝麻五寶沖調粉-無加糖	450g	630	599
	清潤杏仁茶	450g		

## ◆ 推廣活動:【好東西要與最愛的你分享】

### 好東西要與最愛的你共享

推廣時間：11/27(一)-12/30(六)

品名	規格	原價	推廣價
原味麵條(麵本家) (2 件優惠)	450g/包*2	110	100
原味細麵(麵本家) (2 件優惠)	450g/包*2	110	100
原味寬麵(麵本家) (2 件優惠)	450g/包*2	110	100
國產黑豆拌醬(椒麻)(民生) (2 件優惠)	130g/罐*2	160	128
國產黑豆拌醬(原味)(民生) (2 件優惠)	130g/罐*2	160	128
台灣米漢堡(打拋雞 3 入) (2 件優惠)	480g/3 入*2	350	308
台灣米漢堡(素沙茶鮮菇 3 入) (2 件優惠)	480g/3 入*2	310	273
有機濃豆漿(無加糖)(茶月) (2 件優惠)	940ml/瓶*2	160	150
有機濃豆漿(有糖)(茶月) (2 件優惠)	940ml/瓶*2	160	150
花生醇豆奶 (6 件優惠)	330ml/瓶*6	162	145
奧納芮有機蘋果汁 (6 件優惠)	295ml/瓶*6	330	288
奧納芮有機番茄汁(台灣可果美) (6 件優惠)	295ml/瓶*6	330	288
100%胡蘿蔔綜合蔬果汁 (6 件優惠)	195cc*6	300	270
四季益生飲(微糖) (3 件優惠)	440ml/瓶*3	96	85
四季益生飲(無糖) (3 件優惠)	440ml/瓶*3	96	85

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣 ※產品數量，依各站所現場數量為主

◆ 推廣活動:【食在好補冬】



食在好補冬

推廣時間：12/4(一) - 12/30(六)

食材好好配 簡單好好補

用一碗湯的時間 照顧自己和家人

主題	品名	規格	原價	組合優惠價
添添元氣	花旗參調理包組(原價 530 元)	36g/3 入/盒	1,008	920
	善糧白肉雞雞腿剝塊(原價 288 元)	500g		
	冷壓芝麻油(原價 190 元)	220ml		
驅驅寒氣	加味十全大補燉料(原價 157 元)	90g	537	500
	小排丁(花肉社)(原價 295 元)	500g		
	綠主張料理用米酒(原價 85 元)	600ml		
補補血氣	八珍燉料(原價 153 元)	130g	493	465
	白肉雞雞柳條(御正)(原價 120 元)	280g		
	綠主張 38 度米酒(原價 220 元)	600ml		

【注意事項】

- 1.優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣。
- 2.產品數量，依各站所現場數量為主。
- 3.因系統限制，本優惠僅限站所。
- 4.須利用組合中三種品項各一，才享有組合價，單品利用無優惠。
- 5.法規規定網路不得販售菸酒，故請有需求的社員，至站所利用，謝謝！

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康

◆ 推廣活動:【環保生活家】

環保生活家-年度清潔大作戰

推廣時間：2023/12/18(一)~1/27(六)

品類	品名	規格	原價	推廣價
居家用品	1 綠主張生態洗衣粉	1800g	220	209

品類	品名		規格	原價	推廣價
居家用品	2	綠主張生態溫和洗衣精(綠宣)	1800ml/瓶	260	234
居家用品	3	綠主張生態溫和洗碗精(綠宣)	480ml/瓶	130	117
居家用品	4	洗碗精壓頭	1 入	25	25
居家用品	5	綠主張生態浴廁清潔劑	480ml	100	90
居家用品	6	綠主張生態多功能清潔劑	480ml	208	187
居家用品	7	清潔劑噴槍(新版)	1 入	32	32
居家用品	8	綠主張生態去漬粉-500g	500g/包	105	105
居家用品	9	檸檬酸	454g/包	55	55
居家用品	10	小蘇打粉(三福)-1kg	1kg	60	60
居家用品	11	純棉抹布(3 入)	40cm*40cm	205	205
居家用品	12	心態減碳牙刷-金色(新品)	1 入	329	263
居家用品	13	心態減碳牙刷-黑色(新品)	1 入	329	263
居家用品	14	心態減碳牙刷-銀色(新品)	1 入	329	263
居家用品	15	兒童牙刷	12 支/盒	185	163
居家用品	16	牙膏	100g	105	92
居家用品	17	兒童牙膏	75g	137	121
居家用品	18	玫瑰天竺葵洗髮沐浴精	330ml	252	222
居家用品	19	薰衣草洗髮沐浴精	330ml	242	213
居家用品	20	蘆薈洗髮沐浴精	330ml	212	187

## 人資招募

歡迎認同合作社的你/妳加入我們的行列！

招募職缺：

- 數位社群編輯專員、資深網站 EC 維運工程師、有機農場驗證稽核員(工作地點：三重總社)
- 乾貨理貨人員、驗收理貨人員、定期蔬果理貨人員(工作地點：北倉)
- 儲備站長(工作地點：北北分社、北南分社)
- 月薪站務(工作地點：北北分社、大直站、雙和站、木柵站、新店站、台南站)
- 定期月薪站務(工作地點：永康站)

職缺說明請至 104 人力銀行查詢 <https://goo.gl/jkinnX>，或來電洽詢總社陳先生 (02)2999-6122 分機 352，或將履歷寄至 [leo.chen@hucc-coop.tw](mailto:leo.chen@hucc-coop.tw)。



合作社徵才網址