



用心烘焙 經典滋味
每一口都獨一無二 每一口都純粹自然



週報期數 / 2023 年 6 月第 4 週 (6/26-6/30)

目錄

📢 社內公告	2
🍎 當季水果	3
📢 產品資訊	13
📁 人資招募	17

 社內公告**【馥聚公平貿易辣椒粉不符農藥殘留容許量標準說明】**

生產者馥聚供應之公平貿易辣椒粉 (效期批次日期 2024.09.15)，5/26 進行例行架上抽驗農藥殘留 411 項精密儀器檢出 9 支農藥，其中殺蟲劑脫芬瑞、芬普尼及其代謝物為不得檢出，不符合國家農藥殘留容許量標準。當日立即預防性下架並停止出貨。合作社隨即通知生產者，採樣複驗仍檢出脫芬瑞及芬普尼。

馥聚向斯里蘭卡香料合作社 People's Organisation Development Import & Export (簡稱 PODIE) 合作將近十年，自三年前開始，台灣對多數國家之有機認證不再承認，但所有 PODIE 辛香料皆維持有機耕種及公平貿易農友來源。近期辣椒粉於 2022 年及 2023 年 3 月進口之批號，馥聚進行農藥殘留檢驗皆未檢出。

經與 PODIE 釐清異常發生原因，PODIE 有機辣椒田之四周有其他使用慣行耕作之蔬果農田，有機辣椒田與其他農友的田地之間，雖有符合規定距離的緩衝區，但因風向等不可控因素，仍有導致鄰田汙染之可能，PODIE 檢討會加強輔導農友進行更頻繁的抽驗檢驗以確保每批收成之辣椒符合規範，也會在緩衝區增加生物圍籬，例如種植南洋櫻樹，其葉片具有吸收異味及濕度的功能，可在有機辣椒田跟其他周遭的慣行農地間建立更多阻隔，降低辣椒田受到農藥隨風而來的感染風險。

馥聚與 PODIE 對於造成合作社及社員困擾深感抱歉，未來會更嚴格掌控品質，並敦促 PODIE 及農友一同把關，繼續提供優質的公平貿易產品，支持農友生活。也願意接受社員退費，並加強注意周遭田區的防護措施與管理。

- 退費方式：於 5/9 (二) ~ 5/26 (五) 期間利用馥聚公平貿易辣椒粉的社員，請至原利用站所辦理退費。若社員家中尚有該產品請攜回站所銷毀。
- 退費期間：6/26 (一) ~ 7/8 (六) 止。

當季水果

當季水果



◆皮薄肉多，豐盈甘甜的金牌芒果——農民黨一號芒果

「農民黨一號」可以說是國產芒果中，名字最奇特的。它是 1981 年由張銘顯先生以愛文芒果為母本，懷特芒果為父本，費時六年雜交育成的品種。因他當時為農民黨主席，因此便將這芒果命名為「農民黨」，又因其四季均會結果，又名「四季樣」。「農民黨一號」的外觀十分討喜，鮮黃、嫩青中透著胭脂粉紅；**口感兼具愛文的軟嫩細緻、土芒果的香，肉厚汁多，果核薄小，纖維細緻，甜度高而不膩口；**而且耐儲運，不易產生炭疽黑點。因此深受消費大眾喜愛。

然而當年農民黨一號芒果剛推出時，卻因為這奇特的命名，在推廣上備受波折。張銘顯先生為了推廣，**帶著這支芒果到世界各地參加果品競賽，終贏得美國匹茲堡國際競賽園藝組和食品組兩面金牌，並獲得美國專利。**帶回了世界級的認可，農民黨一號終於漸漸為國人所熟知。

為合作社供應「農民黨一號」的農友張景添，正是育成者農民黨主席張銘顯先生的兒子。張家果園與嘉義仁義潭僅一壩之隔，潭水滲入地下提供潔淨水源；此外農友還留意調節園區溫度。果樹間特意拉寬行距，採草生栽培，且為顧及食用安全，連對付最惱人的果實蠅也堅持不用藥。除利用腐爛芒果吸引果蠅外，更以「黏蠅板」防範。如此用心，讓每顆芒果展現飽滿的生命力！而今在農友自售包裝盒上標示著「世界上最好吃的芒果」，便是張銘顯為自家芒果所下的註解，也是紀念當年國際大賽對這支芒果的肯定。**而在農民黨一號芒果多年的推廣奮鬥中，主婦聯盟合作社正是最主要的支持者，也是可以購買到農民黨一號的最主要管道。**而今，又到了農民黨一號的產期，想品嚐這迷人芒果風味的可得把握時機多多利用！



貼心小提醒



收到芒果後，如果果皮尚未全黃，請放於常溫通風處後熟 2~3 天，以使果肉更香甜柔軟，並挑選黃熟者優先食用，如果未能馬上食用完畢，也請用報紙包覆後放入冰箱冷藏。

【農民黨一號芒果供應小檔案】

合作農友：張景添

品種：農民黨一號芒果

產地：嘉義番路

自主管理等級：農好級



◆胭脂粉嫩蜜桃香，甜而不膩——紅龍芒果爽口登場

紅龍芒果又稱水蜜桃芒果，熟成時果皮略呈胭脂粉紅宛如水蜜桃，且熟成蒂頭會透著淡淡水蜜桃香氣，因而得名。籽薄肉多，纖維細緻，Q 彈多汁。相較於其他芒果品種來說，紅龍甜度不是頂高，卻多了清爽氣息。如果您喜歡高甜度的芒果，或許吃了會有些失望，但若您是喜歡芒果香氣與口感卻又不想太甜膩，紅龍芒果應該會是個清爽多汁的好選擇。

據聞紅龍芒果是日本時代流傳下來的老品種，父母本不可考，1976 年由高雄荖濃地區果農在果園中發現而流傳開來。植株強壯，略似金煌，因此又有人稱它為「紅金煌」。但因受粉不易、結果率低，且表皮薄嫩運送易碰傷，儘管外觀討喜，種植的農友卻不多，市場上仍屬少見品種。





為合作社供應紅龍芒果的有吳洪巧容與翁錦煌兩位農友。翁大哥是合作社老夥伴；巧容姊則是新加入供應。她原經營中醫診所多年，因緣際會在台中改良場高德錚博士介紹下開始種植金蜜芒果，從此進入農業的世界。基於所學背景，巧容姊將中醫「君臣佐使」的概念融入果園管理中，視果樹生長各階段所需使用不同資材，並以中草藥結合益生菌調製液肥，藉此改善土壤與果樹健康；全區草生栽培，園中放養雞、鵝，幫忙吃害蟲，達到減藥和友善環境的目的，提升果實品質。並且在穞熟採收，使果實得到充分養分供應，風味更佳。如果想認識台灣芒果的萬種風情，請把握產期，別錯過品嚐紅龍芒果的機會！

貼心小提醒

紅龍芒果的果皮顏色會呈現黃、橘紅或粉紅等色澤，這是受日照多寡影響。無論是粉紅或鮮黃，均不影響口感。熟度的判定仍以蒂頭處微軟及散發香氣為主要判斷依據。

【紅龍芒果供應小檔案】（僅列出目前採收供應之農友，黃底色為今年新加入供應者）

合作農友	產地	級別	供應品種
吳洪巧容	彰化永靖	安全級	紅龍芒果、金蜜芒果
翁錦煌	嘉義義竹	安全級	紅龍芒果



◆艷麗細緻，香氣芬芳的芒果佳人——愛文芒果盛夏供應

色澤艷麗的愛文芒果，果肉多汁、細緻Q彈，濃郁甜香中帶清爽微酸，爽口不膩的多層次風味，鮮食迷人，做成芒果汁、芒果冰沙、水果沙拉都合適，是專屬夏天的好滋味！

台灣栽種愛文的歷史可追溯至 1954 年，農復會派員從美國引進愛文和凱特等品種，分別交給嘉義農業試驗所與鳳山園藝試驗分所試種，經過 7 年的研究馴化，認為愛文最適合國內栽培，於 1962 年正式推廣，遂成為目前芒果內外銷的主力品種。約佔改良種芒果種植面積之 55%，又以台南（53%）最高。

每年夏天愛文芒果的產期就像一場大隊接力賽，由台灣最南端的屏東揭開序幕，一路向北，在盛夏時來到台南。夏至之後，在各站所架上，不同產區的愛文將展現各自的繽紛，有枋山愛文的野艷奔放，也有台南南化、玉井的乳脂滑嫩，細緻如玉。今年芒果盛產，雖然果實不大，但香氣甜度都優於以往，趕緊趁著產期，一飽口福吧！



■張玥騰——聖土地上的乳脂香



有人說，台南芒果最有名的產區是玉井，但真正好吃的是在南化。姑且不論這話真假，但長於聖土地的南化愛文風味細緻如玉，卻也是許多芒果愛好者願意癡癡等候、年年回購的佳品。

今年開始為合作社供應芒果的青農張玥騰，田區



就位於南化水庫上游的水源保護區。玥騰家族原本以種植麻竹筍為業。十多年父親張錫斌開始轉作種甘蔗作手工柴燒黑糖，後又種了芒果。看到噴了除草劑的草站著死亡的驚心景象，他決定減少除草劑與農藥的用量。張玥騰退伍後並未離農，而是返鄉與父親一同製黑糖與管理芒果園。在山頂尾溜的故鄉，

娶妻生子、開枝散葉。

玥騰接手管理果園後，致力於高品質友善耕作管理，除提前停藥套袋，整枝覆蓋，製糖所餘蔗渣亦用做堆肥覆蓋；全區手工割草，園中如茵的兩耳草，正是勤於割草才得以維持的狀態。並且時常有野生動物如鸛鷗、領角鴉、野兔等出沒。園區管理優良，既能兼顧生態生態、又能兼顧風味品質。今年終於有機會邀請玥騰供應芒果給合作社品嚐，歡迎把握機會鑑賞！



■董昱劭——吹落山風長大的愛文芒果

時序入夏，遙遠南國的芒果已經傳來陣陣濃香，召喚著饕客們迎向這一季的繽紛！首先登場的，是枋山董昱劭農友的愛文芒果。昱劭的果園位於枋山坡地，土壤參雜礫石，因乾旱缺雨及土壤含水量偏低，芒果成長速度較慢，果形比台南、枋寮等地的愛文芒果小一些，但口感和甜度更加濃郁。身為農家第三代的董昱劭為了讓家鄉產業能夠永續發展，致力轉變當地耕作方式，採安全用藥，不使用除草劑，保持果樹空間，並在果樹結果時適當的留葉讓植株狀況更加健康。



今年春季枋山一帶因為乾旱加上南風吹拂，芒果酥花嚴重，著果率較差，

且因乾旱導致小果時期的薊馬也是較往年嚴重，所以芒果外皮會有些被薊馬危害過的微小乾疤，無法像往年外皮乾淨無瑕，但完全不影響食用品質，需請社員多多體諒利用。

【愛文芒果供應小檔案】（僅列出目前採收供應之農友，黃底色為今年新加入供應者）

合作農友	產地	級別	供應品種
董昱劭	屏東枋山	安全級	愛文芒果
張玥騰	台南南化	安全級	愛文芒果、西施芒果、金煌芒果



◆濃香甜嫩，芒果界 LV——台東夏雪芒果閃亮登場

夏季是台灣芒果大放異彩的時節，除了眾所熟知的土芒果、愛文芒果之外，台灣也盛產許多風味獨特的特殊品種，各有各的精采滋味。其中，夏雪芒果（高雄3號）是高雄農改場耗時十多



年研發，於 2008 年命名及登記，是台灣第一個有專屬身分證的芒果品種。母本是土芒果，父本為愛文和金煌，讓夏雪芒果集各家芒果優點於一身，同時擁有土芒果的濃郁香氣，愛文芒果的細緻口感以及金煌芒果的甜蜜，籽小果肉多、纖維少，濃香滑嫩，華麗的口感讓人難以忘懷，也因而擁有「芒果界 LV」的美譽。

有別於多數黃色系芒果需採收後熟以免劣變，

夏雪芒果在嫩黃採收，在母樹上得到充足的養分供應，風味甜度更加天然飽滿。黃澄澄的亮麗外觀十分討喜，也讓夏雪芒果迅速成為深受國人喜愛的送禮佳品！

今年首度為合作社供應夏雪芒果的農友蕭全軒大哥，原本在農會上班並擔任推廣課課長，因為高齡 90 多歲的父親無法繼續農事，十多年前便接手家中的釋迦果園，成為全職農夫。台東釋迦雖然有名，但採收時常面臨颱風威脅，導致血本無歸，加上種植的農友飽和，市況早已大不如前，因此蕭大哥開始尋找替代作物，因緣際會品嚐到夏雪芒果，被它的香甜滋味深深吸引，加上特色和愛文有所區隔，產季也較釋迦稍早，因此他決定引進種植，成為台東第一個種植夏雪芒果的農友。

由於沒有種植芒果的經驗，蕭大哥不斷學習，在田間管理、採收流程、集貨篩選和分級包裝等作業調整，歷經數年終於穩定產出，並帶領其他農友一起成立產銷班。因為夏雪抗旱抗病能力佳，得以積極採取草生減藥栽培，讓人們吃得美味也吃得安心。而今，台東已成為夏雪芒果的主要產區。蕭大哥的兒子蕭諺廷也加入了產銷班，協助管理，增添青農生力軍。時近採收，一顆顆飽滿碩大的金黃果實高掛枝頭，宛如夏日豔陽，也預告了這一季的甜美。歡迎把握產季，多多品嚐！



由於沒有種植芒果的經驗，蕭大哥不斷學習，在田間管理、採收流程、集貨篩選和分級包裝等作業調整，歷經數年終於穩定產出，並帶領其他農友一起成立產銷班。因為夏雪抗旱抗病能力佳，得以積極採取草生減藥栽培，讓人們吃得美味也吃得安心。而今，台東已成為夏雪芒果的主要產區。蕭大哥的兒子蕭諺廷也加入了產銷班，協助管理，增添青農生力軍。時近採收，一顆顆飽滿碩大的金黃果實高掛枝頭，宛如夏日豔陽，也預告了這一季的甜美。歡迎把握產季，多多品嚐！

而今，台東已成為夏雪芒果的主要產區。蕭大哥的兒子蕭諺廷也加入了產銷班，協助管理，增添青農生力軍。時近採收，一顆顆飽滿碩大的金黃果實高掛枝頭，宛如夏日豔陽，也預告了這一季的甜美。歡迎把握產季，多多品嚐！

貼心小提醒

收到芒果後，如果實尚未全黃，請放於常溫通風處後熟 2~3 天，以使果肉更香甜柔軟，如已黃熟，請優先食用，如果未能馬上食用，請用報紙包覆後放入冰箱冷藏。



【夏雪芒果供應小檔案】

合作農友：蕭全軒/蕭諺廷（父子）

品種：夏雪芒果

產地：台東知本

自主管理等級：安全級



◆沁心甜美，念念不忘——甜美人小西瓜涼夏供應中

溽夏將至，來顆沁人心脾的冰鎮西瓜，實在是令人心舒暢的享受！在西瓜品種中，甜美人西瓜算是最適合現代小家庭的中小型品種：外型碩長，很像小型的冬瓜，果重約 7-8 斤，花紋明顯，果肉鮮紅緻密，爽脆多汁甜度高，富含維生素 A 與胡蘿蔔素。

農委會曾列出五大挑瓜重點：表面光滑完整、顏色明亮、花紋清晰明顯、果梗呈現微微捲曲、蒂頭處有微微凹陷。坊間常聽到的則是「聽音識別」，判斷聲音

的原則則與鳳梨相反：「如果是鼓聲，代表這顆還不夠熟，但如果是沉沉的肉聲，則代表這顆西瓜水嫩多汁。」此外，剛採收的西瓜口感通常不佳，需先靜置約 5-7 天，待其蒂頭乾縮、果實內部水分稍微收斂之後，風味最佳。



■洪箱——守護良田的灣寶甜美人西瓜

洪箱大姊的灣寶西瓜，是許多社員每年夏天念著候著的果品。

之所以念著候著，一方面是因為灣寶農民悉心栽種、致力友善土地的甜美。另一方面也是因為合作社與灣寶農民共同守護農地的革命情感。2011年，灣寶農民、合作社與反對土地浮濫徵收的人民團結一致，挺身捍衛灣寶農地，歷經三年多的抗爭，終於成功阻止良田變建地，迫使政府駁回「後龍科技園區農地變更案」，灣寶農民賴以維生的土地得以繼續生產三寶：西瓜、菜頭與地瓜。



灣寶夾在山與海之間，一片沃野平疇。「灣寶曾經是台灣西瓜最主要的產地，現在人口老化，種植面積減少，但轉型做無毒(西瓜)很值得，(種植)技術應該要傳下去。」洪箱共耕隊成員謝修鎰如此說。市面上的西瓜為了產量，噴除草劑、使用系統性農藥，不但破壞土地，也會影響西瓜風味。灣寶的西瓜不用特別挑選，都很好吃、吃不膩，也吃得安心。甜美的灣寶西瓜，紀念的，正是這段共同守護土地

與糧食安全的歷史。

■羅治銘——青農返鄉種出安心甜美人

另一位供應甜美人西瓜的農友羅治銘畢業於金門大學食品系，畢業後曾任職業軍官六年，後來返回苗栗造橋協助家中農事。他的父母原是種植慣行水稻，後來治銘去上了有機相關課程，決定說服家中，改從事有機農業。從農初期是以美濃瓜、西瓜、小番茄為主，後來也開始嘗試種植白花椰、青花椰與甘藍與小葉菜等，同樣也是環保級高規格供應合作社。歡迎多多利用品嚐，這安心美味的瓜果。



貼心小提醒

購買後請冷藏保存，並於 1-2 週內享用完畢。西瓜最好切開立即享用，如無法一次吃完，請用保鮮膜包覆並盡快享用完畢，以免風味營養流失。

【甜美人西瓜供應小檔案】（僅列出目前採收供應之農友）

合作農友	產地	級別	供應品種
------	----	----	------

洪箱	苗栗灣寶	農好級	甜美人小西瓜
羅治銘	苗栗後龍、造橋	環保級	甜美人小西瓜



果厚籽小，淡淡香檳香

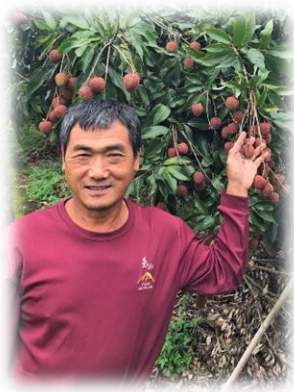
蔣世明荔后荔枝獨家供應中

◆果厚籽小，淡淡香檳香—蔣世明荔后荔枝獨家供應中

台灣的荔枝產季十分精彩，除了大家所熟知的玉荷包、黑葉荔枝之外，還有琳琅滿目不下十餘種，從三月底到八九月，一路接力，各有美妙風味。如能遍嘗，肯定要對台灣的荔枝品種之豐美讚嘆不已。

荔后荔枝是合作社農友蔣世明大哥以玉荷包與糯米糍荔枝嫁接而成的新品種。糯米糍荔枝果皮鮮紅、濃香多汁、果大籽小；玉荷包荔枝皮薄肉多、香甜滑嫩。荔后荔枝則兼具了這兩種荔枝的優點，果肉 Q 彈、香氣十足，而且果籽比玉荷包更小。初入口是飽滿多汁的微酸濃香，後段則透出淡淡的香檳香氣，又似葡萄酸香，層次感豐富。果實底部有一道溝縫線與玫瑰紅荔枝相仿，食用時雙指直接從溝縫線壓開，即可露出果肉食用，十分方便。

■蔣世明——綠光照射防蟲，提前達標無農藥檢出



農友蔣世明大哥為供應合作社水果多年的資深農友，致力減藥栽培多年，為的就是有一天能夠供應無農藥檢出的玉荷包。今年，蔣大哥決定與鳳山試驗所合作，採用助理研究員方信秀所研發的「夜間綠光燈照方式」，利用荔枝細蛾對於綠光的畏光性，在果樹與果樹之間搭設綠色

燈泡，加上勤於整枝修剪讓光線無死角，讓荔枝細蛾在原地罰站不敢亂動，白天太陽光、晚上綠光照，蟲生結束原地自然死亡。試驗第一年，就有



極好的效果，園中幾乎不見荔枝細蛾的蹤影，因此蔣大哥得以提早在四月就全面停藥，並於採收前達到高標準的**農藥殘留零檢出！**蔣大哥獨家供應的荔后荔枝，市面難尋，還請把握短短兩周產期，品味鑑賞！

貼心小提醒

- 1.因品種特性，早大荔荔枝的果籽較大，屬大籽品種，與玉荷包的小籽不同，還請理解。
- 2.由於荔枝果皮富含酵素且活性高，容易氧化褐變，以致表皮發黑，外觀不佳。也因為荔枝富含酵素，天熱時，荔枝容易發酵出汁。收到荔枝後，先以報紙包裹後放入塑膠袋中，避免水分喪失，再立即放入冰箱冷藏，以免褐變或發酵。並盡快食用完畢，享受荔枝最好的風味！

【荔后荔枝供應小檔案】

合作農友：蔣世明
 品種：荔后荔枝
 產地：高雄大樹
 自主管理等級：安全級

🍎 水果品質說明

◆【芒果賞味小秘訣】怎麼看芒果熟了沒？

聞一聞 多數芒果本身會散發果香氣味，如聞到濃郁香氣則表示成熟可食。

看一看 如氣味無法評判，可觀察表皮果粉些許脫落、微泛油光時，為最佳賞味時機。

POINT 芒果於樹上熟成採摘後，建議於常溫陰涼處擺放 3 至 5 天，後熟完全風味更佳，再移入冷藏保存喔！

◆【百香果賞味秘訣】如何挑選好吃的百香果？如何判斷百香果已經完熟可以食用了？



許多人喜歡百香果的迷人香氣，卻又怕酸。但其實完熟的百香果，果汁飽滿且帶著甜美。挑選百香果時，您可以：

1. 稍微搖晃果實，確認沒有聽見果肉脫位發出的撞擊聲，藉此判斷百香果未因果肉脫位而發酵劣化。
 2. 用手感受一下果實的重量，在果實大小相當的情況下，盡可能挑選重量較重的百香果，因為這表示它的果肉和果汁含量較多。
3. 剛採摘的百香果果皮光滑、色澤鮮亮。須放置於通風處後熟幾天，**待果皮發皺、蒂頭略為乾縮呈茶色，就是最佳賞味狀態囉！**但百香果皺縮後會比較不耐儲放，可將之放入冷藏保存或把果肉挖出冷凍，做成百香果冰磚備用。

📢 產品資訊

◆ 新品上市:(全社皆有供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
善糧濃縮雞高湯	500g	漢典	85	6/26	無	合作社的善糧雞骨架，通通都在這碗裡！濃縮雞高湯是以慢火熬煮六小時的極致精華，僅以岩鹽做調味，味道甘美無負擔！另外加入雞腳熬煮，增加高湯膠質，口感濃醇豐厚，適合做各式料理，或稀釋一倍作為火鍋湯底。

◆ 包材異動:

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	特殊供應狀況	供應區域	異動原因說明
鮮乳坊豐樂鮮乳	936g	936g	慕渴股份有限公司	6/26	無	全社	1.移除瓶標上 ISO22000 字樣(此認證為產線認證) 2.因應生產者產品策略改變，修改產品標語、生產團隊照片

◆ 價格異動:(原物料漲幅過高，調整進售價，全社皆有供應)

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	供應區域
香魚	600g	松樹門	215	235	7/3	全社
葵瓜子	300g	豪紳	78	84	7/3	全社
澎湖野生中卷	300g	湧升	240	265	7/3	全社

◆ 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
虱目魚丸 (無添加磷酸鹽)	300g	正鑫	135	122	6/19-7/22	利用趨緩，生產者回饋社員採單包 9 折優惠，鼓勵社員利用。	否
薑母鴨	1000g/包	鴨迷	290	203	批次利用完為止	因利用趨緩，採單包 7 折優惠價鼓勵社員多加利用。	否
燒酒雞			300	210			
花椒麻辣鍋	1200g/包	漢典	360	252			
藥膳薑菇鍋			270	189			
金針菇 (環保級)	200g/包	隆谷	16	13	6/12~7/1	近期為菇類生產的季節高峰，生產者提供優惠回饋社員	是
柳松菇 (環保級)	150g/包		36	34			

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
燕鯧輪切	300g/包	黃芬香	220	176	5/29-批次效期利用完為止	利用趨緩，生產者回饋社員採單包 8 折優惠鼓勵社員利用。	否

◆ 停止供應:

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
善糧濃縮白肉雞高湯	500g	漢典	後續不分善糧白肉、黃金、文昌雞骨架，統一更名為善糧濃縮雞高湯上架供應。	社內庫存利用完畢，即停止供應

◆ 恢復供應: (限量供應，全社皆有供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
花生 (環保級)	600g	王水聲	117 元/台斤	即日起	農友王水聲的帶殼花生新鮮上架！不使用農藥、除草劑與化肥的作物格外難得，敬請把握機會多多利用喔！備註：因近期下雨緣故，花生外殼會有輕微黑斑，並不影響食用品質。

◆ 花生食譜參考

電鍋煮帶殼花生 食譜提供：徐如萍

材料：新鮮帶殼花生(約 400g)1 包、鹽 10g、馬告約 40 粒。

做法：

- 1、帶殼花生洗淨放入電鍋內鍋，加入馬告、鹽，注水剛好蓋過花生，外放 2 杯水烹煮。
- 2、開關跳起約 1 小時後再加 2 杯水烹煮，開關再度跳起、放涼即成。

備註：放了馬告，花生帶有檸檬香氣，花生外殼也不會變黑。



壓力鍋煮帶殼花生 食譜提供：吳淑惠

材料：新鮮帶殼花生(約 400g)1 包、鹽 5-10g。

做法：

- 1、帶殼花生洗淨放入壓力鍋，加鹽巴、加水，水量為花生的 3/4。
- 2、加蓋開大火，待壓力鍋發出吱吱聲響，轉小火煮 5 分鐘熄火，燜到冷涼再掀蓋撈出、冷藏。

備註

- 1、帶殼花生硬度可能和品種、成熟度有關係。煮好、壓力栓下降後可先開蓋試吃，再斟酌加長烹煮

時間。

2、若吃不完，可以連殼一起冷凍，或是剝出花生仁再冷凍，以節省冷凍櫃空間。冷凍花生冰冰涼涼也很好吃。



◆ 產品推廣: 2023 合作社生日月【美好未來打勾勾】

配合六月份 30 週年園遊會，延續園遊會的慶賀，邀請生產者與我們一同慶賀合作社生日，推廣產品如下：

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
友善飼養 溫暖餐桌	1	善糧文昌雞胸	200g	200	180
	2	善糧白肉雞雞翅	6 支	135	122
	3	白肉雞去骨雞腿(御正)	380g	240	228
	4	白肉雞去骨雞腿切塊(御正)	350g	235	223
	5	白肉雞棒棒腿(御正)	450g	200	190
	6	台灣安格斯黑牛-牛肉炒肉片	150g	220	198
	7	台灣安格斯黑牛-牛骨高湯	500ml	150	135
	8	魚餃(2 件優惠)	200g*2	200	180
	9	虱目魚餃(2 件優惠)	200g*2	200	180
	10	金目鱸魚排(邱經堯)	200g	170	160

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
好油好醬 拌好食	11	台灣山茶花籽油	300ml	1,850	1,665
	12	紫蘇籽油(金椿)	300ml	650	585
	13	國產黑豆拌醬(原味)(民生)	130g	80	72
	14	國產黑豆拌醬(椒麻)(民生)	130g	80	72
	15	新鮮白木耳(環保級)隆谷	200g/包	98	92
	16	新鮮香菇(環保級)就是鮮菇	200g/包	90	72
	17	雨來菇(環保優)丁采綸	100g/包	60	54
	18	冷凍有機三色蔬菜	500g	95	85
	19	冷凍有機玉米粒	500g	110	99
	20	樂亞蜜有機綠豆	450g	130	124
一天活力 天然簡單	21	冷凍烤地瓜(康可力)(2件優惠)	600g*2	200	185
	22	台灣芒果汁	290ml	45	41
	23	海木耳纖活飲	200ml	40	38
	24	青心烏龍茶菁粉	30入/袋	460	430
	25	全脂鮮奶	946cc	105	100
	26	低脂鮮奶	946cc	105	100
	27	巧克力鮮奶	946cc	105	100
	28	草莓雪酪	250g/杯	175	158
	29	芋頭冰淇淋	250g/杯	120	108
	30	鹹酥鍋粿	200g/包	80	80
	31	麥香蘇打餅乾	250g/包	83	80
體貼肌膚 護土地	32	頭皮淨化洗髮精(綠藤) (2件優惠)	250ml*2	870	814
	33	活萃洗面乳(綠藤) (2件優惠)	100ml*2	810	762
	34	[新品]敏感和諧沐浴露(綠藤) (2件優惠)	350ml*2	1044	980

【綠藤老朋友 好禮分享】

- 利用頭皮淨化洗髮精*2件 或 活萃洗面乳*2件，贈清潔保養試用組
- 利用敏感和諧沐浴露*2件，贈沐浴露 30ml/條

※贈品數量有限，贈完為止；贈品活動僅限站所
 ※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



清潔保養試用組為：
 活萃洗面乳 1ml、純粹保潔精華液 1ml、綠色海洋精華油 1ml

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、會計專員、品保專員、有機農產驗證稽核員、系統分析師、驗收理貨人員、乾貨理貨人員(工作地點：三重總社)
- ◎儲備站長(工作地點：大台北地區、大直站、新店站)
- ◎月薪站務(工作地點：北南分社、新莊站)
- ◎短時數時薪站務(工作地點：雙和站)



合作社徵才網址

職缺說明請至 104 人力銀行查詢 <https://goo.gl/jkjnnX>，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。