

目錄

 社內公告.....	2
 當季蔬果.....	4
 產品說明&季節性預防提醒	17
 產品資訊.....	17
 人資招募.....	22

社內公告

【合作社新推出「悠遊卡」支付功能上線囉！】

即日起，社員本人到站所採買，可以使用悠遊卡、悠遊聯名卡等實體卡，靠卡感應支付扣款，讓您的防疫新生活「購」安心又便利。

【沙鹿站 9/9(一)開始服務台中海線社員】

醞釀許久，台中市海線地區迎來第一個站所『沙鹿站』，將在 9/9(一)開始服務海線地區社員。新站在沙鹿市區鄰省道中山路，交通便利，設有無障礙坡道，邀請海線社員共同來參與社員第二個家的成立：

●沙鹿站地址：

台中市沙鹿區中山路 477-2 號
(臨近梅子餐廳)

●服務電話：

04-2663-0135

●服務時間：

週一~週六的上午 09:00~晚上 18:00



沙鹿站社員
LINE 群組



【三葉站嶄新面貌與社員見面】

感謝社員長期對三葉站的支持與愛護，三葉站 9/13(五)起，將以舒適嶄新的面貌為社員服務，歡迎舊雨新知一同到站利用。

【2024 中秋節服務時間異動公告】

社員們好！

中秋節站所、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

	9/14(六)	9/15(日)	9/16(一)	9/17(二)
站所	服務至 18:00	暫停服務	正常服務至 20:00	暫停服務
線上訂購	正常服務			當日配暫停
總社電話客服	暫停服務		正常服務至 17:00	暫停服務

二、線上訂購個人宅配(宅急便配送)

- 24 小時可訂購，請社員多加利用。
- 到貨時間為訂單成立後 3~4 個工作天 (計算方式不計週六日)。
- 受中秋假期影響，9/12(四)9:00~9/13(五)9:00 之間成立的訂單，北區冷凍最快到貨日為 9/18(三)、冷藏常溫為 9/19(四)；中南區全溫層最快到貨日為 9/19(四)。
- 連假期間到貨日如下：

雙北、基隆、桃園、宜花:

訂購日期 (上午 9:00 後)	9/10(二)	9/11(三)	9/12(四)	9/13(五)~ 9/15(日)	9/16(一)	9/17(二)
冷凍預計最快 到貨日	9/13(五)	9/16(一)	9/18(三)	9/18(三)	9/19(四)	9/20(五)
非冷凍預計最 快到貨日	9/14(六)	9/17(二)	9/19(四)	9/19(四)	9/20(五)	9/21(六)

竹苗、中彰投、雲嘉南、高屏、台東、離島:

訂購日期 (上午 9:00 後)	9/10(二)	9/11(三)	9/12(四)	9/13(五)~ 9/15(日)	9/16(一)	9/17(二)
不分溫層預計 最快到貨日	9/14(六)	9/17(二)	9/19(四)	9/19(四)	9/20(五)	9/21(六)

三、【當日配】配送時間調整

9/17(二)站所休息，暫停配送。

四、宅急便配送注意事項

連續假期宅配正常配送，中秋節為包裹繁盛期，可能延後 1~2 日配送，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 查詢。

五、班配服務

- 9/11(三)16:40 前來單的訂單，最快將於 9/17(二)配送。
- 9/12(四)~9/13(五)16:40 前來單的班，最快將於 9/19(四)配送。
- 到貨日期請以訂單組回覆日期為準。
- 下單 Email : gncooptp@hucc-coop.tw
- 下單傳真：02-29998838
- 連絡電話：02-29996122 #737、739

當季蔬果



產地速報

雖然今年奇異果產量銳減，但有個好消息——合作社價值夥伴台灣原味長期輔導協助的比亞外部落，終於有機會供應奇異果給合作社了！雖然數量不多，但歡迎把握機會品嚐，不同產區的國產奇異果的多樣風味。

◆淡淡蘋果香，給部落孩子一條回家的路——比亞外部落黃金奇異果開始預訂

「我們部落的奇異果齣，吃起來跟外面的不太一樣捏！」二哥是比亞外（Piyaway）部落的奇異果生產者之一，面對鏡頭與訪客，總是笑得十分靦腆，唯獨講起奇異果，立刻眼神放光。他隨意拾起園中甫受蟲叮的落果，掰開讓我們品測，順便測測甜度。一般而言，蟲叮落果應是很容易散發出熟爛發酵味，風味不佳。我們小心嘗了一小口，大感驚奇。這落果雖然完



熟，卻沒有熟爛發酵味，甜度高，實測甜度最高竟有 16-17 度之譜，但是甜酸比也十分細緻迷人，香氣清新，爽口不膩。二哥看我們拿出了甜度計，興致來了，把園中果子測了個透，越測，他臉上的自豪笑意就越深：「常常有客人跟我們說這是他這輩子吃過最好吃的奇異果捏！」

比亞外部落的奇異果（獼猴桃）是以黃金奇異果實生苗枝條嫁接在山林野生的原生種腺齒獼猴桃上而成。皮薄毛短，果肉黃綠色，部落環境月溫差大，讓比亞外的奇異果風味層次分明，酸甜之中帶有淡淡蘋果香。20 年來，台灣原味深入原鄉蹲點，致力輔導原住民部落轉型友善、有機耕作，是與合作社理念契合的社企夥伴。其中，位於桃園復興鄉、海拔約 700 公尺的比亞外是原味最早輔導合作的部落之一。



這個泰雅族部落約有 200 年歷史，人口才約十餘戶，不滿百人。族人自主性高，值得一提的是，**整個部落自主規範：「不菸、不酒、不檳榔」**，族人甚至合力自主移除竹林，復植楓香，讓部落後方山頭美不勝收。20 年前台灣原味開始輔導友善耕作時，許多人還抱持著觀望的態度，只有兩戶參與，20 年後，整個部落都開始從事有機耕作，生活改善，年輕人也陸續回流。部落的泰雅族人依循傳統，順應自然交替種植多樣果樹，也因為從事友善耕作，環境天然且安全，生態豐富多樣，也成為藍腹鷓的重要保育棲地。部落產出的果實，也都得到綠保標章。比亞外的黃金奇異果，不用農藥化肥，還有本土原生種東方蜂與蝴蝶幫忙授粉，病蟲害的部分則用誘引器防治夜蛾。生機盎然的土地，正是比亞外部落奇異果風味迷人，果實強健不過度軟爛的原因。今年終於有機會提供少量預訂，額滿為止，歡迎把握時機洽站所預訂。

二哥的奇異果園中有個小矮人房子一樣的裝置，原來是授粉小幫手——台灣原生種東方蜂的避冬住處→

貼心小提醒

比亞外部落的奇異果是 8-9 分熟採收，採收後雖果實仍硬，酸度也稍高，喜歡甜酸比高的朋友可於此時食用。如想吃更甜些，可放置常溫到微軟，風味更佳。但仍請盡速食用完畢，以免過熟。

【黃金奇異果供應小檔案】



合作農友：台灣原味/比亞外部落 (Piyaway)

品種：黃金奇異果

產地：桃園復興

自主管理等級：環保級





◆香噴噴！細緻綿密安心吃——環保級嘉玉美濃瓜消暑供應中



美濃瓜又稱香瓜，最大特點就是香氣濃郁迷人，往往大老遠就可以聞到濃濃的香味，未嘗其味，便聞其香，引人垂涎。剛採收時的口感較清脆爽口，隨著儲放時間越久，口感會變得柔軟綿密，而且越成熟香氣越濃，甜度甚至可達 14 度 Brix 以上。美濃瓜香甜多汁，富含水分、醣類、膳食纖維，能消暑、解渴、助消化；另外還有豐富的蛋白質、維

生素 A、類胡蘿蔔素、維生素 B 群、維生素 C、磷、鈉、鉀等營養很高。夏天放進冰箱冰涼後吃，消暑解燥，是非常受歡迎的水果之一。

嘉玉美濃瓜是常見的美濃瓜品種之一，但要種得好並不容易。雖然性喜溫暖，耐熱耐濕，適合台灣種植，但因香味濃郁，也容易引來果實蠅與其他蟲害。雖然近年來引進溫室栽培，但多數農民很難不用藥防治，要找到符合合作社嚴格安全標準的農友並不容易。目前為合作社供應美濃瓜的農友有陳慶輝、張東賢、翁錦煌、羅治銘等農友，均是深知合作社理念、友善耕作多年的資深農友。今年又有生力軍潘穎儒加入，為社員供應環保級美濃瓜。

潘穎儒是社內資深農友林瓊珠的女兒，原本是唸美工設計，後來因看見有機市場的需求，毅然辭去工作回去幫助父母耕種，也在友善耕作的課程培訓中，認識了先生黃士珈。兩人理念相同，攜手在有機耕作的道路上並肩同行。雖然無農藥無化肥的耕作方式，在雲林東勢一帶格外艱難，但夫妻同心並肩協力，克服重重難關





，只為了將健康安心的蔬果供應給消費者。目前穎儒與士珈供應給合作社的品項，除蒜頭、夏南瓜、白蘿蔔、敏豆、芭樂等蔬果外。今年又新增了溫室栽培、一株一果的嘉玉美濃瓜，風味清爽香甜，歡迎品嚐利用。

貼心小提醒

- 1.雖農友以是完熟採收，但如果想要吃得更香甜，可於常溫通風處放置 1 至 2 天後熟。不過因最近天氣炎熱，如未能馬上食用完畢，還是盡快放入冰箱冷藏，避免過熟，影響口感。
- 2.因養分供應的緣故，接近瓜果蒂頭的部份偶爾會帶有苦味，食用時可切除以免影響口感。

【嘉玉美濃瓜供應小檔案】（僅列出目前架上供應者）

合作農友	產地	級別
張東賢	台中烏日	農好級
羅治銘	苗栗造橋	環保級
翁錦煌	嘉義義竹	安全級
潘穎儒	雲林東勢	環保級



◆大武山下的甜蜜微酸——屏東瑪家有機蜜鳳梨開始供應

台灣是鳳梨王國，市面上的鳳梨品種有二十幾種。時序入秋，雖然台灣鳳梨的主力金鑽鳳梨產期來到尾聲，水果市場上鳳梨難得，卻是品嚐其他不同品種鳳梨的最好時機。此時合作社架上，除了農友陳映延的牛奶鳳梨，今年還多了個生力軍——農友吳堅銘的有機蜜鳳梨。

蜜鳳梨的果形不大，果心稍粗，果肉香甜細緻，帶點微酸。果如其名，七分熟時甜度就已達 16 度以上，蜜香濃濃，全然不負「蜜鳳梨」的稱號；雖甜但不膩口，恰如其分的甜酸比，適度不刺口的酸，反倒讓蜜鳳梨的風味更加有層次，引人垂涎。產期僅兩個月，如在架上見到，還請把握機會品嘗。

農友吳堅銘的農場位於屏東大武山下，瑪家鄉的沿山公路旁。南國的艷陽熾熱，正是鳳梨最愛氣候，產出的鳳梨又甜又多汁，氣味芳香濃郁。得天獨厚的環境，讓屏東成為台灣鳳梨重要產區。堅銘大

哥家族就是以種植鳳梨為業，傳承到堅銘大哥已經是第三代。堅父

親吳木泉，雖是慣行種植，卻堅持不用荷爾蒙，不一昧追求甜度，力保果肉原有的酸甜層次，纖維細緻，多吃也不「咬舌」。因而在 50 年前獲得神農獎桂冠，更成為台灣首批外銷日本的鳳梨農。

堅銘大哥承襲了父親的種植管理技術，大學更是專攻農業管理，接手管理農場後，致力於友善永續的種植；堅銘大哥的夫人謝美蓮本是公職，看到先生忙碌，毅然辭去工作回家幫忙，她笑稱，鳳梨田是「農夫的天堂路」，滿園的鳳梨刺，常刺得農夫滿手傷痕，為的是讓客人吃得安心的滿足。夫婦倆胼手胝足，終於讓果園一步步從無農藥，到全面有機驗證，迄今已 20 年，有機種植的面積達 20 公頃，也守護了大武山下的生態環境。堅銘大哥不僅榮獲神農獎的肯定，還將外銷等級的果實留在台灣。目前主力品種是金鑽鳳梨，此外還有香水、蜜寶、釋迦鳳梨等多種鳳梨品種。友善種植的鳳梨，一切開就散發出散蜂蜜的香氣，入口甚帶有淡淡椰香，纖維細緻，風味帶著酸香後勁。在堅銘大哥的手中，神農獎的招牌依舊閃亮，更多了創新與高品質管理的活力。也讓大武山下的鳳梨田生態，得以永續且生機盎然。



貼心小提醒

1. 蜜鳳梨約 7 分熟採收，果實雖還青綠，但已可食用。如想再吃甜一些，可於常溫稍微放置至果目溝青綠帶點微黃（即所謂綠豆仁黃），此時風味最佳，請盡速享用！

2.蜜鳳梨外皮全部轉黃就已完熟，此時甜度攀升蜜化，但也可能會出現果肉透明化的現象，類似蜜蘋果的蜜腺，稱為水心症，這時的鳳梨還是可以食用，只是容易發酵，保存期限也較短，還請留意，以免錯失最佳賞味時機。

【有機蜜鳳梨供應小檔案】

合作農友：吳堅銘

品種：蜜鳳梨 (自有品種)

產地：屏東瑪家

自主管理等級：環保級



幼米 x 老欖小果 x 細緻甜美多汁

多數規格已完售!!

2024年文旦最後品嚐機會

秋節伴手，文旦要有。

主婦聯盟合作社
Taiwan Homemakers United Consumers' Coop

產地速報

中秋近了，柚子熟了！合作社農友的文旦香甜好吃又安心，堪稱國內高規，深受社員肯定。2024年各農友的文旦盒裝多數已預訂一空，幸好還有苗栗西湖農友溫昌海與盧秀紅的散果在架上供應，秋節前還想品嚐或回購文旦的社員請趕緊把握機會，錯過又要等明年囉！

◆幼米 x 老欖小果 x 細緻甜美多汁——2024 年文旦最後品嚐機會



台灣文旦主要產區除了知名的麻豆、斗六，花蓮鶴岡、苗栗西湖也算新起之秀，一方風土一方滋味，品嚐各產區的文旦，其實也品嚐了台灣各地的氣候風土。

合作社農友的文旦，多已是樹齡超過 2、30 年以上的老欖，採友善耕作多年；採收後經過適當辭水，果肉細緻水分足，晶瑩透亮，讓人忍不住一口接一口，吃得好安心。

未到中秋，文旦便已陸續預訂額滿。歡迎把握最後機會，品嚐這一季最美妙的旬味鮮果！

貼心小提醒

因農友減藥栽培及近日颱風影響，文旦外觀可能不盡完美，卻是一樣美味，還請理解後再利用。

【文旦供應小檔案】

合作農友	產地	級別	預訂狀態
張華妹	花蓮鶴岡	友善級	已全數預訂額滿
詹東榮	雲林斗六	安全級	已全數預訂額滿
李國溢	台南麻豆鎮北	安全級	已全數預訂額滿
盧秀紅	雲林斗六	農好級	現貨供應中
溫昌海	苗栗西湖	環保級	現貨供應中



完熟甜脆多汁，青色不青澀

國產青蘋果香甜供應中

主婦聯盟合作社
Taiwan Homemakers United Consumers Co-op

◆完熟甜脆多汁，青色不青澀——國產青蘋果香甜供應中



時入九月，國產蘋果季來到中段班，兩種青蘋果——青龍蘋果與金冠蘋果即將相繼登場。有些人看到青蘋果會退避三舍，覺得一定又酸又澀又沒風味，這主要是受到進口青蘋果的食用印象拖累——為了避免長途運輸造成撞擊損傷，進口青蘋果往往六分熟就採收，此時尚未完熟，且蘋果也無法後熟，因此風味自然又酸又澀。但**台灣本土種植的青龍蘋果**，少了長途運輸的勞頓，得以完熟採收，果實在樹上得到充分的養分供應與熟成，風味甜度十分細緻，一口咬下，那迸出的香甜汁液，往往讓人大吃一驚，完全不酸澀！實測甜度竟曾高達

14度，加上細緻的微酸調和，迷人的果香與風味讓國產青蘋果的愛好者日益增加。各種品種的國產蘋果一波接一波，錯過就得等明年，還請把握產期多多品嚐，豐富您的味蕾地圖！

■青龍蘋果——香甜爽脆，讓人對青蘋果改觀的優質果品

青龍蘋果原產於澳洲，原名"Granny Smith"(史密斯奶奶蘋果)。1868年史密斯老奶奶在花園發現蘋果苗，原以為是歐洲野生酸蘋果品種，沒想到種出來的蘋果香甜爽脆。後來這個品種被廣泛種植並成為經濟作物，也是做蛋糕甜點食材的主要品種。

今年為合作社供應青龍蘋果的，有林浴沂、許漢忠、張源益等農友，他們在梨山武陵一帶友善耕作多年，致力減藥，涵養水土。其中，農友張源益大哥的青龍蘋果因種植海拔較低，最早供應，且因氣候暖化，外觀較多瑕疵，但農友已自行理貨篩果挑去一大半，且實測風味甜度不輸蜜蘋果(即前述實測14度Brix的青蘋果)，經品測過後，深深覺得如果因為外觀而篩除，社員就少了一個優質蘋果風味的味覺經驗。還請社員們理解並珍惜利用。



■金冠蘋果——皮薄肉細酸甜多汁，帶著金色皇冠的青蘋果

金冠蘋果成熟時果皮呈黃綠色，靠近果梗周圍會有黃褐色鏽斑，放射狀有如皇冠，因而得名。金冠蘋果的外表不像進口蘋果那樣鮮豔亮麗，但是果肉細緻，果皮細薄，因為皮薄，連皮一起吃，一點都不粗糙乾澀，還可完整獲取果皮的礦物質等營養。風味濃郁，果香清新，酸甜適口不膩，口感脆實，嚐起來清爽極了！也可用來打成果汁或搭配做成水果沙拉，讓金冠的酸香點亮味覺，喜愛作烘培品的話，其酸香也很適合與甜品搭配喔。數量與產期都有限，千萬別錯過嘗試這蘋果的獨特風味！



貼心小提醒

1. 產地鮮採的青龍蘋果果皮雖是青綠色，卻已是為完熟採收，購買後請立即冷藏保存，並且趁新鮮於一周內享用完畢風味最佳，以免退酸，影響風味。
2. 金冠蘋果成熟時靠近果梗周圍會有黃褐色鏽斑，放射狀有如皇冠，因而得名。此為正常現象，不會影響果肉品質，一樣清甜爽口。還請安心食用。

【國產青蘋果供應小檔案】



合作農友	產地	級別
林浴沂	台中梨山	安全級
張源益	台中武陵	安全級
許漢忠	台中梨山	安全級

爽脆酸甜，滋味濃郁的隱藏版早生蜜蘋果

紅金冠蘋果限時供應中



2023國產蘋果季



◆爽脆酸甜，滋味濃郁的隱藏版早生蜜蘋果——紅金冠蘋果限時供應中

吃慣了進口蘋果的朋友，一定很難想像，台灣本土所產的蘋果，種類與滋味有多麼豐富。**每年8-12月，是唯一能吃到鮮採國產蘋果的最佳時節**，秋香、津輕、青龍、金冠、富士、五爪、惠.....輪番上場，有的淡雅爽脆，有的香甜似蜜，不同品種，風味各自精采，在夏末至秋冬的水果舞台上爭相競艷。告別了爽脆的秋香，香甜卻稍縱即逝的津輕，緊接著是隱藏版的早生蜜蘋果——紅金冠登場。



紅金冠蘋果與美系的金冠青蘋果頗有淵源，兼具了青蘋果的爽脆，與紅色系蘋果的香甜，口感緻密，果汁濃郁，香氣清新、甜中帶酸，甚至有機會結蜜，果形雖然不大，但滋味豐富得驚人！因此有人說是隱藏版的早生蜜蘋果。只可惜不耐儲運，種植的農友少，產期只有短短一周，稍縱即逝。這也是國產蘋果季的特點，還請把握產期，跟著產季一個品種接著一個品種品嚐，豐富您的味蕾地圖！

為合作社供應紅金冠蘋果的農友是林浴沂。林浴沂大哥種植蘋果多年，除了注重品質管理，也相當重視環境水土的保護，致力減藥、草生栽培，涵養土壤。美味又可安心連皮吃，還請把握產期多多利用品嚐！

貼心小提醒

產地鮮採的紅金冠蘋果為完熟採收，購買後請立即冷藏保存，並且趁新鮮於一周內享用完畢風味最佳，以免退酸，影響風味。

【紅金冠蘋果供應小檔案】（以目前架上供應者為主）

合作農友	產地	級別
林浴沂	台中梨山	安全級



◆細緻綿密，超級營養補給——國產中晚生酪梨來報到



酪梨富含蛋白質、甘油酸、礦物質、維他命 A、C、E、核黃素、膳食纖維等，以及豐富的不飽和脂肪酸 Omega-3、Omega-9，有「最營養的水果」之稱。酪梨好處多多，有些人甚至將它當成營養補充品而非單純水果，入菜、做沙拉，應用廣泛。由於健康養生風潮帶動酪梨的需求增加，世界各地的酪梨產量都有上升的趨勢。早年台灣本地酪梨生產面積並不大，供應時間主要落在 7-9 月，及至秋冬，便難以見到國產酪梨蹤影，架上往往只能見到表皮粗粗的進口 哈斯酪梨。哈斯酪梨表皮主要

產地在美洲與澳洲。因船運路途遙遠，果實需在五分熟就先採收下來，來到消費者手上，往往已經變成外皮轉色、但果肉沒熟的「啞巴果」，風味印象不佳。

早年台灣秋冬只能見到進口的哈斯酪梨。近年來國產中晚生酪梨質量俱增，就連哈斯酪梨也可供應了。圖為合作社農友種植的哈斯酪梨。→



所幸近年來，在農政單位與農友努力力下，短短十五年間，台灣酪梨的種植面積已增加到 2,452 公頃，栽種品種也已超過 30 餘種，從 6 月開始到來年 2 月，早生、中生、晚生種，陸續產出，滿足人們對酪梨的利用需求。時序入秋，正值中晚生酪梨產期金晚生、台農 1 號（紅甘）、麻豆 2 號、黑金

晚生（粗皮紅嬌）、十月紅、黑寶、平克頓、厚兒、秋可、綠得和國產哈斯，品種或有差異，口感與營養價值卻無風味卻無不同。喜愛酪梨或需要酪梨營養的朋友，終於可以不用屈就進口

酪梨的乏味口感啦！目前為合作社供應中晚生酪梨的有林昆叡、楊耀煌、羅吉淼等農友，品質優且安心，歡迎把握機會多多利用！

貼心小提醒

1. 酪梨為後熟水果。收到酪梨後，如果果實還未軟熟，請置於常溫陰涼通風處，等到當酪梨變紫紅色(轉色品種)，或是手指輕壓下具彈性微軟(不轉色品種)，就可以盡快食用或放置冰箱冷藏保存。已熟的酪梨切勿繼續放於室溫，否則容易過老或纖維化，雖然可食，但會影響口感風味。
2. 如想加速酪梨熟成，可將未熟酪梨與香蕉、蘋果放於同一個塑膠袋中，綁好袋口置於常溫即可。



【中晚生酪梨供應小檔案】

合作農友	產地	級別
羅吉淼	台中東勢	安全級
楊耀煌	彰化芬園	農好級
林昆叡	台南大內	農好級

皮薄多汁，晶瑩細緻如玉

國產新世紀梨爽脆供應中

2024國產梨子季

主婦聯盟合作社
Taiwan Homemakers United Consumers Co-op

◆皮薄多汁，晶瑩細緻如玉——國產新世紀梨爽脆供應中

新世紀梨是日本引進的品種，多種植在高海拔地區，最大的特色是皮薄水分多，外型晶瑩白皙，宛若美人和嬰兒的肌膚般水嫩，是水梨中口感最細緻的品種，因此有「梨中之玉」、「白玉梨」的美稱，也是許多長輩口中的「幼梨仔」(口感細嫩之意)。新世紀梨富含醣類、蛋白質、脂肪、鈣、磷、鐵及維他命 A 和 C 等多種營養成分，而且含水量極高，高達 89.3%，簡直像是梨子形狀的天然優質飲品！既可補充水分，也可補充營養。冷藏過後食用，令人暑氣全消！由於新世紀梨的產期適逢中秋，加上外表精緻，口感甜美，也成了許多人秋節送禮餽贈親友的好

選擇。

為合作社供應新世紀梨的農友為梨山地區的胡燕倫、林浴沂以及許漢忠。三人均在梨山地區友善耕作多年，不但重視水土保持，也悉心高品質管理。新世紀梨嬌嫩，產期短，大約到九月中下旬便結束。還請把握難得產期，多多品嚐利用這珍貴甜美的果品！

貼心小提醒

1. 新世紀梨的果皮細薄，加上農友均為友善種植，建議使用清水清洗後，無須削皮便可直接食用。無需削皮，口感更佳，且更能完整攝取果皮上的天然維生素及礦物質！
2. 新世紀梨果皮細緻，因此常可見到幼果未套袋時期與樹枝摩擦留下的褐色斑痕跡，不影響食用，還請理解。

【新世紀梨供應小檔案】

合作農友	產地	級別
林浴沂	台中梨山	安全級
胡燕倫	台中梨山	安全級
許漢忠	台中梨山	安全級



蔬果品質說明

◆【梨子品質說明】購買梨子回家後，切開一看，發現果肉有黑點，或者是透明果凍狀，這是什麼原因造成的？還能吃嗎？

梨子果肉的褐黑點，是因為缺鈣造成的生理障礙，稱為「木栓症」，類似蘋果的「苦痘症」，會略為影響食用口感，但不影響食用安全，還請理解並利用。

至於梨子果肉的透明果凍狀，如位於接近果皮處，較可能是撞傷。如位於果肉內部或接近果心處，則是俗稱「梨蜜症」或「水心症」的生理障礙，常見於亞洲梨系統如豐水梨、新世紀梨、二十世紀梨等。



梨子木栓症，類似蘋果的苦痘症，是缺鈣造成的生理障礙

水梨、新世紀梨、二十世紀梨等。

主要產生原因有二，一是缺鈣，二是果實甜度高，在日夜溫差高的環境逆境下，果實轉換糖份為山梨糖醇，因而產生類似蜜蘋果的結蜜現象。兩者均不影響食用。但如果梨蜜症範圍較大較嚴重，也請盡快食用完畢，以免過熟發酵。



水心症，又稱梨蜜症



◆【文旦賞味小秘訣】等一等，更好吃——文旦辭水風味佳

文旦剛採收時果肉較硬，口感沒那麼好吃，**必須放置 5~10 天，讓它「辭水」(俗稱消水)**，讓文旦從原本淡綠色的外皮轉變為黃綠色，一部分多餘的水分会蒸散，使果肉柔軟，果實甜度提高。這時就是品嘗文旦的最好時機了。

(圖像資料來源：農糧署-鮮享農 YA 粉專)

📢 產品說明&季節性預防提醒

➤ 優質蕎麥粒及綜合穀類之蕎麥粒產地來源變更

因蕎麥粒產地歉收，無法足量供應，為維持供應，故將產地由美國改為加拿大，品質及規格不變，請社員繼續支持利用。

📢 產品資訊

◆ 新品上市:

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
毛巾褲	(藍/粉色) (70/80CM) 1 件/包	知蓮	405	9/16	嬰幼兒產品眾多無法陳列上架，可至站所觀看目錄瞭解或洽詢	生產者知蓮，使用原料有機棉花來自自土耳其，不添加螢光增白劑、不使用甲醛、氨、苯、酚、偶氮染料。本次新增活潑可愛多款連身衣褲、保暖必備鋪棉背心及兩面可穿外套、安心睡眠保暖肚兜、多功能奶嘴固定夾、送禮或自用多款寶寶禮盒等，品項眾多，詳細規格及顏色，請至站所觀看目錄或洽詢各站所。
包肚長褲	(藍/粉色) (80/90CM) 1 件/包		342			
多功能奶嘴夾帶	(條紋/數字) (藍/粉色) 2 入/包		252			
紗布蓬蓬連身服	(藍/紅色) (70CM) 1 件/包		612			
喵喵連身服	(藍/粉色) (70/80CM) 1 件/包		450			
短褲連身服	花花(粉)/圓圓(藍) (70/80CM) 1 件/包		612			

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
胖胖熊連身服	(藍/粉色) (80CM) 1 件/包		585			
跑跑兔衣褲	(藍/粉色) (70CM) 1 套/包		612			
條紋上衣	(藍/粉色) (80/90CM) 1 件/包		360			
點點鋪棉背心	(藍/粉色) (70/80CM) 1 件/包		702			
雙面外套	(藍/粉色) (80CM) 1 件/包		792			
星心禮盒	(藍/粉色) 5 件組/盒		792			
夏日防踢背心 禮盒	(藍/粉色) 4 件組/盒		1440			
喵喵用品禮盒	(藍/粉色) 5 件組/盒		801			
貓咪禮盒	(藍/粉色) 2 件組/盒		864			
寶寶鞋禮盒	(藍/粉色) 4 件組/盒		765			
安心睡眠肚兜	(藍/粉/原棉色) (S) 1 件/包		279			
安心睡眠肚兜	(藍/粉/原棉色) (M) 1 件/包		369			
安心睡眠肚兜	(藍/粉/原棉色) (L) 1 件/包		459			
百里香葉 (新光)	15g/瓶	新光 洋菜	74	9/23	無	百里香葉有著胡椒、丁香及薄荷的香氣。在許多中西方料理中，百里香葉都被視為一種最基本的調味料。和多數香草不同，只要控制得宜，百里香葉可以耐得住長時間燉煮。
月桂葉 (新光)	4g/瓶		74			月桂葉有甜美的植物香脂味，又帶點肉豆蔻及樟腦的味道，新鮮的月桂葉有點苦澀，若放一兩天後，苦澀味會轉淡。完全乾燥的月桂葉具有強烈的香氣，在法國和地中海料理中，是不可或缺的香草之一。
奧勒岡葉 (新光)	12g/瓶		52			奧勒岡葉又稱披薩草，風味溫暖強烈並帶有一點檸檬香，在義大利料理上應用相當廣泛，特別是義大利麵醬、披薩及烤蔬菜等。而在烹調希臘風味烤肉串、烤魚及料理沙拉時，他也是最受歡迎的香草之一。
迷迭香葉 (新光)	20g/瓶		52			迷迭香的氣味濃郁多元，有溫暖的胡椒味、微苦的樹脂味及松木香，不易被其他味道覆蓋，地中海料理中習慣迷迭香配上橄欖油炒過的蔬菜；而在義大利料理中，迷迭香配小牛肉也是非常受歡迎的菜色。

◆ 恢復供應:

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
紫高麗苗(環保級)	120g/盒	綠藤 (一寸鮮)	100	9/11	因更換栽種方式，紫高麗苗將於9/11~9月底利用完畢後下架
去殼冷凍板栗仁(特大)	300g	林德淵	454	9/23 (加工不及，延後一周供應)	農友林德淵的栗子園位於嘉義縣中埔鄉，板栗採收後人工去除殼和膜，以冷凍保存，不須解凍，清洗後即可直接料理，簡單便利，不論是炊飯、燒雞、燉湯及甜品都很適合。 *季節供應，9/23~10月初供應
去殼冷凍板栗仁(大)			394		
去殼冷凍板栗仁(中)			354		
焙煎胡麻脆綠鮮	220ml/瓶	穀盛	87	9/23	精選自然食蔬製成，氣味清香，入口質地細滑但不油膩。可用作一般沙拉的基底，加入不同水果醬料，就可變化出多重風味，滿足家庭料理多樣化口味的需求，帶領您回歸健康自然的輕食風尚。

◆ 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	供應區域
優質特級冷壓橄欖油	750ml/瓶	瑪諾蘭迦	675	725	10/14	原物料調漲，調整售價	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
燒酒雞	1000g/包	鴨迷	300	255	4/29至庫存利用完畢	利用趨緩，故提供優惠價回饋社員，歡迎社員多加利用 *限量供應	否

◆ 暫停供應:

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
鮮柳丁原汁	1KG	台盈	季節性供應	11/1起
鮮甘蔗原汁	1KG			

◆ 停止供應:

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
喜願全麥粉	1.2kg/包	喜願行	調整規格後，將以新品恢復上架	待庫存用罄即停止供應
有機無糖玄米漿	1000ml/瓶	稻屋	因利用狀況不佳與原料用罄，停止供應	待庫存用罄即停止供應
長紗布衣	-	知蓮	生產者停產	待庫存用罄即停止供應
仿兩件連身服	(藍/粉色)(70/80公分)			

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
點點鳥短袖連身服	(藍/粉色)(70/80公分)			
卍寶襪	(7-9公分)			
熊掌短襪	(10-12公分)			
嬰兒鋪棉包巾(原棉)	77*77cm			

天災一直是不可控制的變因
影響我們最重視的土地
復原之路漫長，還需我們伸出援手，一同支持度過難關

推廣時間
9/02
|
9/28

與你共好的 安心聚落

珍惜良食不浪費 安心生產友善互助

◆ 推廣活動:【與你共好的安心聚落】
珍惜良食不浪費·安心生產友善互助
推廣時間：9/2 (一)~9/28(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
支持生產者 安心重建	1	炭焙金針(農災嚴重)	80g/包	195	180
	2	長秈白米(銀川)	3kg	359	323
	3	糙米(銀川)	3kg	355	320
	4	小排丁(花肉社)	500g/包	295	280
	5	澎湖野生中卷(湧升)	300g	265	239
	6	白肉雞去骨雞腿(御正)	380g/包	245	220
	7	白肉雞去骨雞腿切塊(御正)	350g/包	235	215
	8	台灣米漢堡(三杯雞 3 入)(2 件優惠)	480g/3 入*2	360	317
	9	台灣米漢堡(葷菇牛肉 3 入)(2 件優惠)	480g/3 入*2	390	343
	10	高麗菜豬肉水餃 50 粒	1050g/包	260	240

為家人準備 團聚食材	11	野生秋鮭輪切(元家)	600g/包	320	320
	12	台灣薄鹽鯖魚(明堯)(2件優惠)	300g*2	190	169
	13	香魚(松樹門)	600g(3-6尾/包)	235	199
	14	優質牛肉片	300g/包	260	235
	15	巨無霸杏鮑菇(環保級)陳耀松	1kg/包	130	130
	16	燒肉醬	260g/瓶	94	89
	17	沙茶醬	210g/瓶	140	130
	18	紫蘇籽油(金椿)	300ml/瓶	650	600
	19	香檬原汁	300ml	200	180
	20	仙草甘茶	240ml	43	39
	21	仙草涼露	255g	45	41
	22	生乳希臘式濃縮優格 (站所限定·利用一罐送經典優格一杯)	500g/桶	230	230
	23	好愛胡桃綜合堅果組(限量)	24g*15包/組	420	399
	24	古早味花生糖(限量)	300g/罐	140	140
早安晨之美 快手餐點	25	鮮奶饅頭(四方)	585g/9入/包	150	145
	26	冷凍青花椰菜(2件優惠)	250g/包*2	120	108
	27	去殼綠竹筍(嘉鹿)	300g/包	138	133
	28	三日苗(環保優)綠藤	50g/盒	98	89
	29	四方鮮乳高達起司	200g/塊	250	230
	30	四方鮮乳莫札瑞拉起司(2件優惠)	100g/條*2	260	230
	31	小熱狗	300g/包	120	110
	32	培根	300g/包	210	175
	33	培根(五花肉片)(中央畜牧場)(限量)	300g/包	190	175
抗秋燥養元 氣身體好	34	黑芝麻五寶沖調粉(無加糖)	450g/罐	260	260
	35	花旗參銀杏茶	250g	500	450
	36	有機發芽玄米沖調粉	250g	225	203
	37	正四神燉料	130g/包	150	135
	38	肩胛排(限量)	600g/包	180	165
	39	小排肉	600g/包	315	300

	40	豬小排骨(中央畜牧場)(限量)	300g/包	175	160
	41	決明子(熟)	300g/包	75	68
	42	優質枸杞	200g/包	330	297
	43	蜂膠液	30ml/瓶	530	480

※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，利用完為止

◆ 推廣活動:【惜食秋節應景良品】

歡聚時刻！共享好食不浪費

推廣時間：9/2 (一)~9/28(六)

序	品名	規格	原價	推廣價
1	日本生干貝-S (即期良品，利用完為止)	1000g	1,800	1,250
2	日本生干貝-3S (即期良品，利用完為止)	1000g	1,470	999
3	日本生干貝-3S(200g)(2件優惠) (即期良品，利用完為止)	200g*2	700	499

※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，利用完為止

📁 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：

- 監察員、月刊編輯專員 (工作地點：總社-三重區)
- 乾貨組員、蔬果約聘組員、物流司機 (工作地點：北倉-新北市土城區)、
蔬果組約聘組員、乾貨組員(工作地點：中倉-台中市烏日區)
- 儲備站長(工作地點：林口站)
- 月薪站務(工作地點：林口站、石牌站、桃園站、東門站、新店站、沙鹿站、東山站、三鶯站)
- 時薪站務(工作地點:林口站、東海站、短期約聘-彰化站)
- 備註: 沙鹿站預計 9 月開設，安排新人到東海站學習



合作社徵才網址