



咱欸蕃薯園

文 楊麗華

圖 鄭之瑋 蔡淑芬



臺中市沙鹿區農會謹製



咱欸蕃薯園

文 楊麗華

圖 鄭之瑋 蔡淑芬



臺中市沙鹿區農會謹製



創作理念

- 推廣沙鹿區特產—蕃薯，介紹蕃薯生長過程與蕃薯製品。
- 以親子日常互動呈現故事，貼近生活、富教育意涵。
- 為讓能 12 歲以下讀者能輕鬆閱讀，設計對白與內容，以淺顯之方式寫成，便於讀者閱讀與理解。
- 推廣地區特色農作物與產品。
- 了解食物產出到餐桌之生產歷程。



阿公~阿公~你在哪裡?





孫仔～孫仔～阿公在這裡！

阿公！阿公！你蹲在這裡做什麼？

乖孫仔啊～阿公在「挖」你最尬意呷欸蕃薯啊！



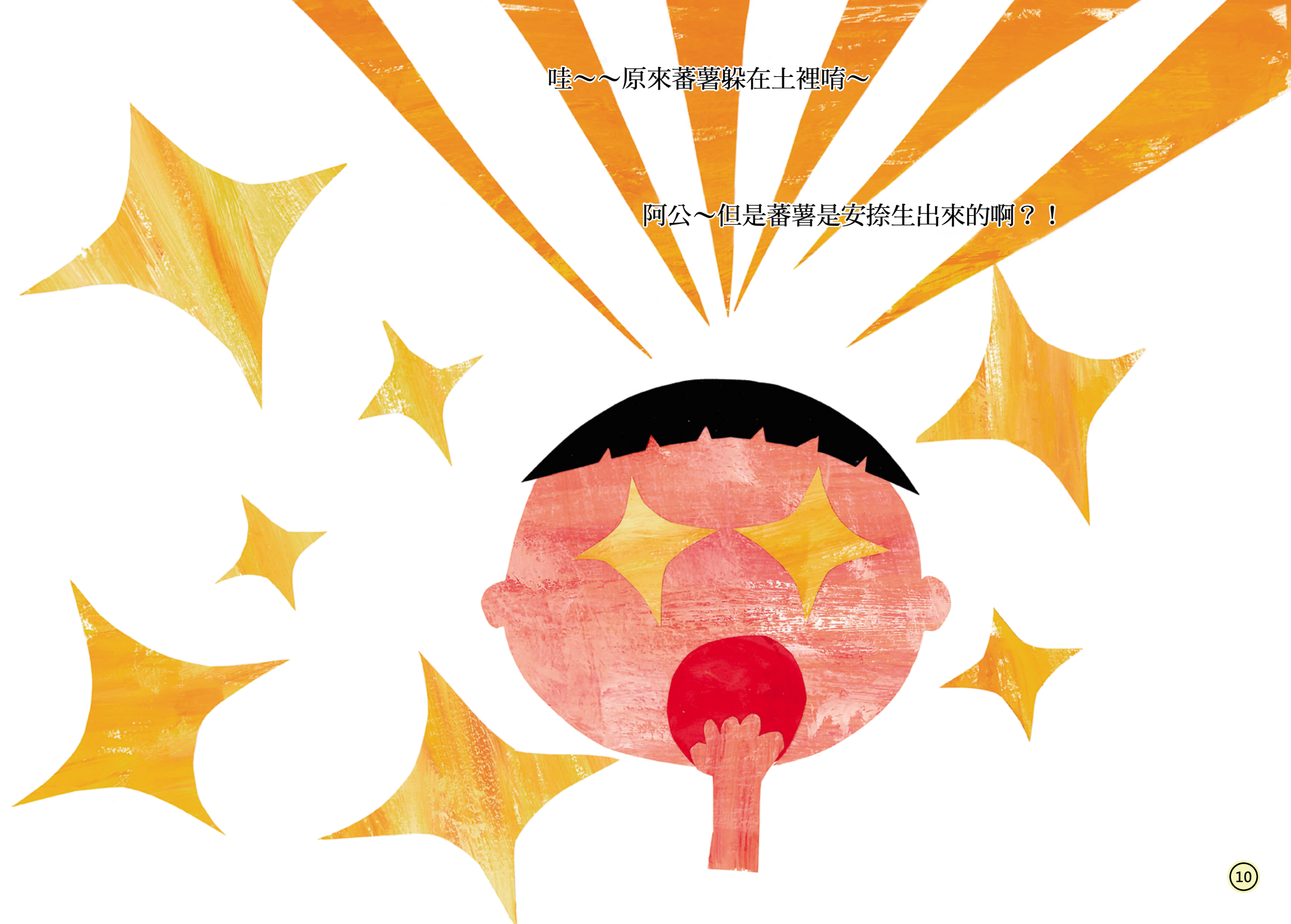
但是我沒有看到蕃薯，只有葉子。



憨孫啊～呷蕃薯也要知道蕃薯怎麼生欸！

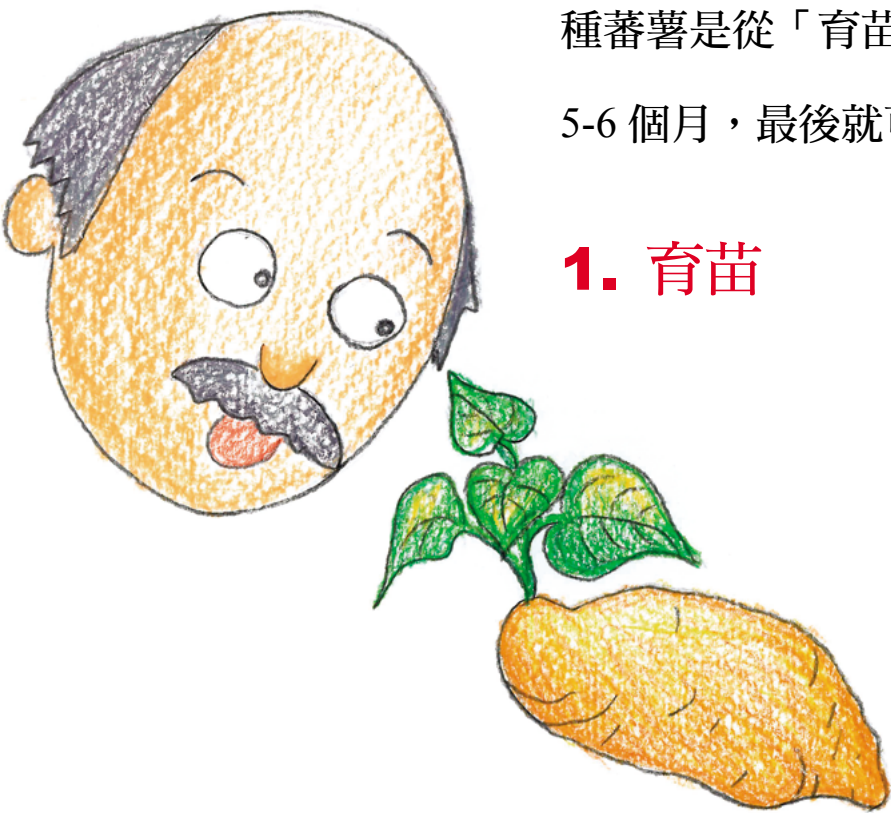
來～阿公講給你聽，蕃薯是生在土裡，

要像這樣「挖挖挖」伊才會出來。



哇～～原來蕃薯躲在土裡唷～

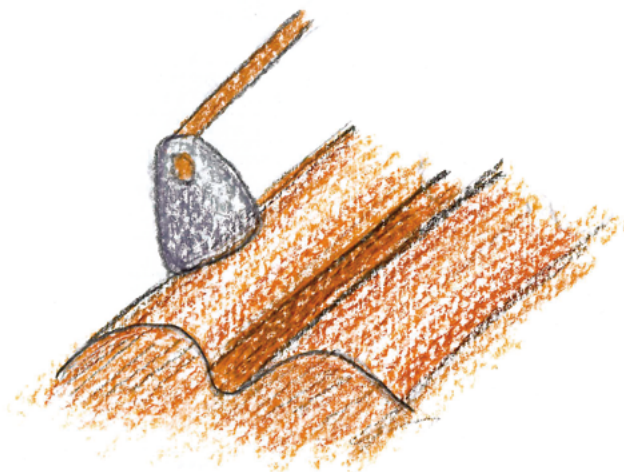
阿公～但是蕃薯是安捺生出來的啊？！



種蕃薯是從「育苗、堆壟、定植、施肥、翻蔓」生長大概
5-6 個月，最後就可以採收啦！

1. 育苗

挑中諸當種諸用來繁殖
適宜以 **6-8** 個節點
剪下約 **25** 公分左右
生長旺盛之地瓜藤當種苗為佳



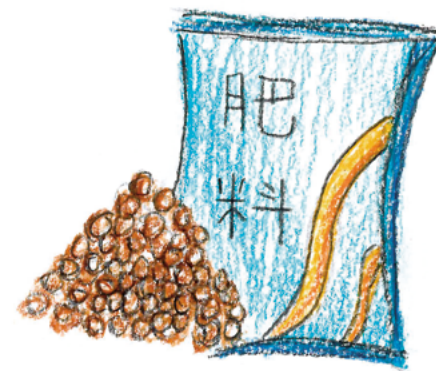
2. 堆壟

先適量平均撒佈施肥
再將土壤翻鬆
推成 **30** 公分高的壟
以利排水及地瓜藤生長



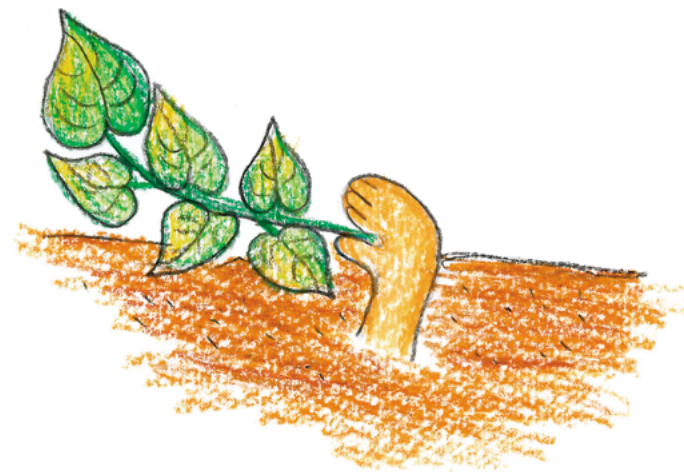
3. 定植

將地瓜苗以 **15** 角斜插之方式
淺埋至土壤裡約 **5** 公分
(或瓜苗基部 **2-3** 節)



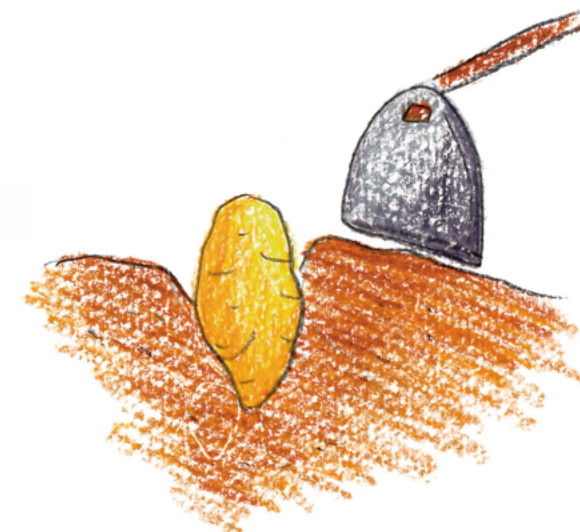
4. 施肥

第一次施肥約種植 **20** 天後
要適當補充肥料
但不宜太多
第二次施肥約種植第 **40** 天
少量多次



5. 翻蔓

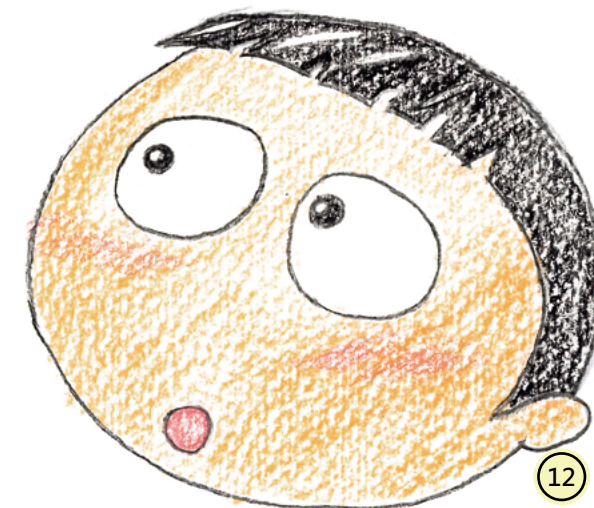
大約種植第 **70** 天進行拉藤
將側蔓拉高再放下
使側蔓長的根斷裂
這個動作能使營養集中根部的地瓜



6. 採收

地瓜生長期春夏種植約 **4** 個月
秋冬種植大約 **5-6** 個月
即可採收

哇！原來種蕃薯，學問這麼大！



對啊！而且蕃薯很耐種，營養價值又高，是很棒的農作物喔！

阿公欸年代我們都是靠蕃薯養大漢的喔！

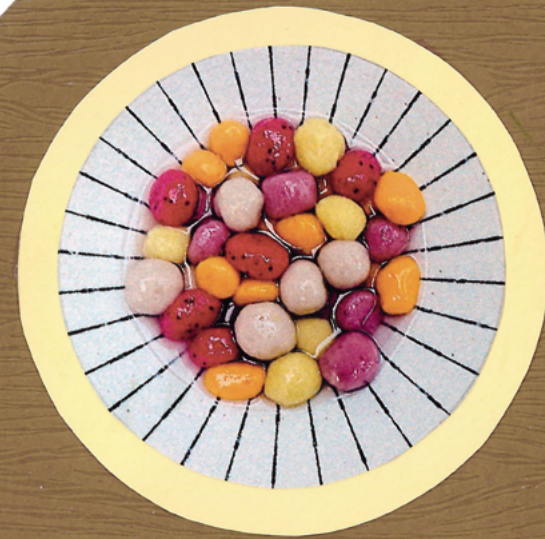
那時候生活不是很富裕，阿公欸阿母（你們欸阿祖）都要把蕃薯洗洗欸，



刨成蕃薯簽曬乾，然後和白米作伙煮，每一餐都是這樣呷，吃到欸驚！

不像你們這一代那麼幸福，蕃薯拿來做那麼多料理，





像你最愛呷欸〔梅粉炸地瓜條〕〔地瓜圓〕，還有你
阿嬤最拿手〔蕃薯筍仔包〕〔蕃薯饅頭〕，

還有你媽媽上次從沙鹿農會買回來的〔冰薯〕放涼涼夏天可以做冰呷，
〔地瓜餐包〕阿公每天早上要去田裡之前，先拿來泡麥片喝一杯，
再下田工作。

這些都是用蕃薯做出來的料理喔！



哇！阿公，原來蕃薯這麼厲害！

那我以後長大，也要和你一樣繼續種好多好多的蕃薯。

哈哈哈哈！真不愧是我欸乖孫仔！



地 瓜 饅 頭

材 料：中筋麵粉 600 克

蒸熟蕃薯片 215 克

生蕃薯戳籤 230 克

酵母粉 4 克

糖 70 克

油 15 克

水 100 克

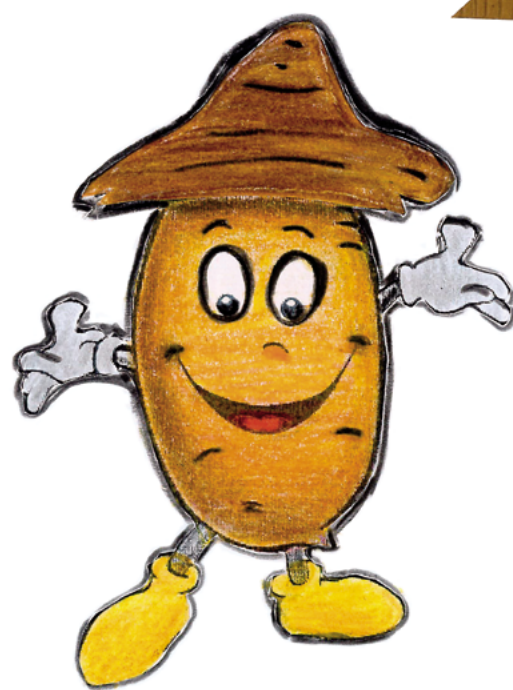
做 法：1.將所有材料放在一個盆子裡攪拌均勻成糰，（生蕃薯籤最後下）

放在桌上搓揉成光滑麵糰，蓋上保鮮膜靜置 3 分鐘。

2.再用手搓一搓，揉一揉；搓揉成長條狀圓柱狀。稱重 1 顆約重 120 克，

搓揉成圓形即可，放在饅頭紙上，靜置 10 分鐘。

3.先將水煮開，關小火，將饅頭放入蒸籠一層一層擺好，再開大火蒸 15 分鐘即可。



地 瓜 圓

材 料：地 瓜 300 克

地瓜粉 100 克

太白粉 50 克

白砂糖 30 克

沙拉油 15cc

做 法：1.先將地瓜去皮，蒸熟、趁熱加入白砂糖拌勻搗成泥狀。

2.地瓜泥加入地瓜粉、太白粉和沙拉油揉成不黏手的糰狀，搓成長條狀，

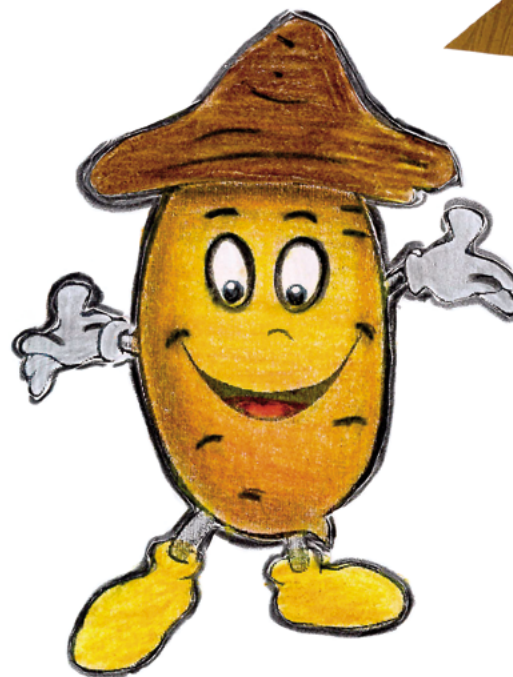
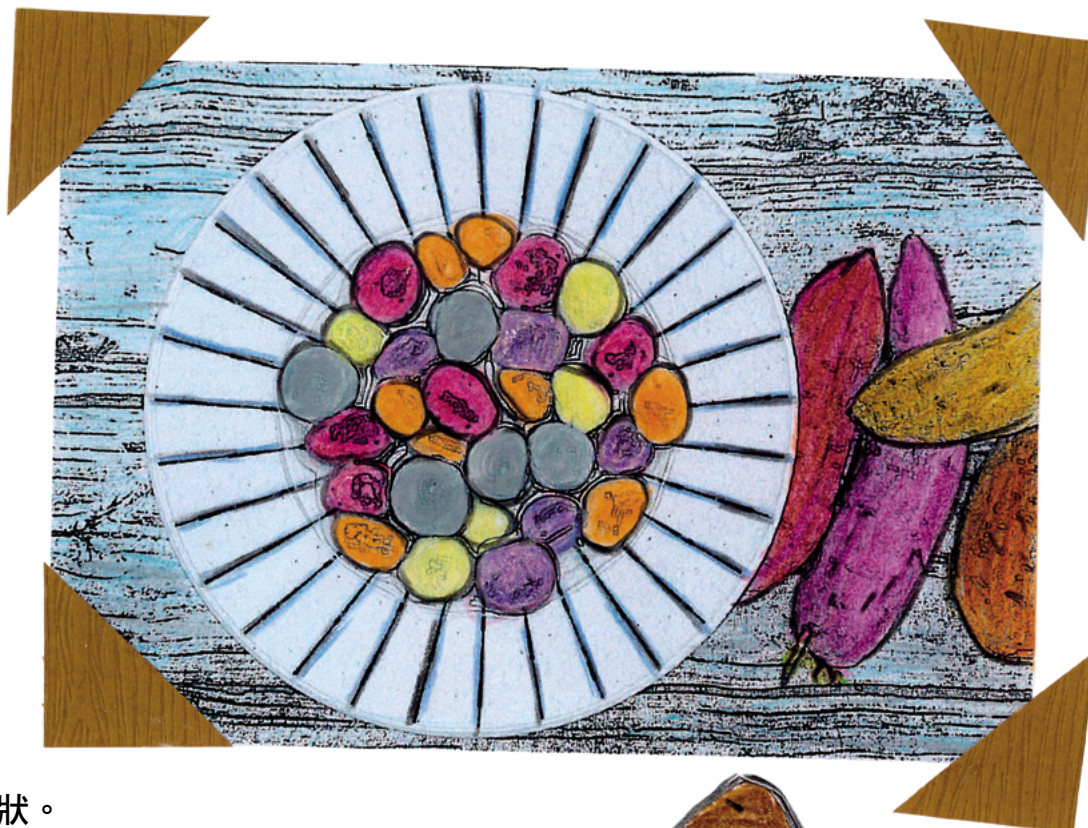
再切成小圓塊，撒上少許太白粉，表皮都有沾到太白粉即可。

3.煮一鍋滾水，再將地瓜圓放入滾水中，煮至浮在水面撈起放置大碗中，

碗中加入一些糖拌一拌，讓地瓜圓不致沾黏在一起、口感更 Q 彈！

4.也可以同時（手邊現有的食材例如：芋頭、火龍果）另外製作芋圓及火

龍果圓一起食用，顏色更亮麗、口感更豐富！！



依法推動之農產品標章

農產品生產及驗證管理法

CAS 優良
農產品



產銷履歷
農產品



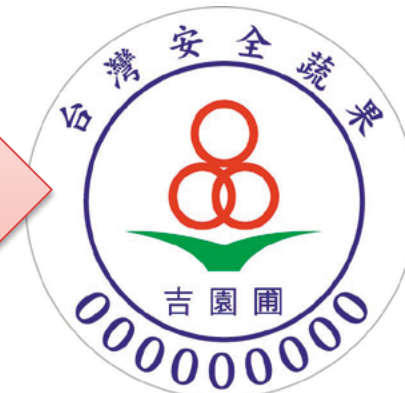
有機農產品



以行政命令推動之生產(責任)溯源管理

包含吉園圃安全蔬果、臺灣農產品生產追溯、
水產品生產追溯、生鮮豬肉追溯、生鮮禽肉溯源、
生鮮蛋品追溯等

吉園圃標
章自108年
6月15日以
後停用



臺灣農產生產追溯



臺灣水產品生產追溯



臺灣農產品生產(責任)追溯管理

➤ 法源：

臺灣農產品生產追溯管理作業規範。

➤ 樣式一臺灣農產品生產追溯條碼圖樣及辨識

臺灣農產生產追溯



0101000001

01 01 000001

流水號(6碼)

申請者類別代碼(2碼)

縣市代碼(2碼)

申請者專屬之生產追溯編號

身分類別	代碼
農民	01
農業產銷班	02
農場	03
農民團體	04
農業產業團體	05
農業企業機構	06
糧食經營業者	07
其他經本會專案核准者	08

咱欸蕃薯園

發行人：陳俊宏

圖文作者：楊麗華、鄭之瑋、蔡淑芬

圖文指導：楊麗華、鄭之瑋、蔡淑芬

主編：陳國富

文編：楊麗華、蔡淑芬

校對：楊麗華、鄭之瑋、蔡淑芬

出版單位：臺中市沙鹿區農會

連絡電話：(04)-26623111

地址：臺中市沙鹿區沙田路 131 號

出版印刷：昱盛印刷事業有限公司

出版日期：108 年 12 月

I S B N：978-986-98585-0-2





ISBN 978-986-98585-0-2

