

貼紙遊戲書

瑪陵的誕生

基隆瑪東食農教育範本



為什麼要推廣「食農教育」？

「食農教育」最簡單的解釋就是飲食教育以及農業教育。但在食農教育中所談的飲食教育與農業教育是教大家怎麼吃得好吃的食物以及怎麼成為專業的農夫嗎？或者是聽解說、參與農事體驗、DIY體驗就是食農教育嗎？當然不完全如是如此，這樣的方式的確可以獲得一些勞動的經驗及知識的增長，但更重要的是，學習者會學到食農相關的必要資訊，進而認同某些友善環境的食農概念，最後學會思考如何解決食農問題才是「食農教育」背後所要傳遞的意涵。

1. 基隆瑪陵在哪裡~

寶從哪裡來.....p.1-p.2

2. 山藥田的樣貌~

寶的誕生地.....p.3-p.4

3. 山藥種植的歷程~

寶的成長史.....p.5-p.6

4. 山藥的採收方法~

寶登場秀.....p.7-p.8

5. 山藥的營養價值~

寶的超能力.....p.9-p.10

6. 山藥的入菜方法~

寶的好味道.....p.11-p.12



基隆瑪陵在哪裡？

m 寶從哪裡來？

「基隆瑪陵」

凱達格蘭平埔族人居住的家，
地名是原住民話的女巫墳墓。



瑪陵居民以務農維生，
從春天採收樹梅、
夏天採收綠竹筍、
秋天採收文旦柚，
冬季採收山藥等四大作物。



山藥田的樣貌

寶的誕生地

山藥喜歡生長於深厚、疏鬆、排水好的砂壤土，喜歡溫暖濕潤氣候。為提高產量，減少損失，採用套管種植方法。

山藥是蔓性植物，要有棚架或籬笆讓它攀爬，山藥藤蔓交結處會長零餘子，也會多長一些小塊莖，都可用來做種子。





山藥的種植歷程

M寶的成長史

1

種植前



1. 選地。
2. 加工塑料套管。
3. 挖溝埋套管。



1. 搭棚架。
2. 土壤澆水。
3. 施肥。
4. 投藥防蟲。

3

種植後

1. 用小塊莖或零餘子播種。
2. 鋤頭開溝。
3. 套管澆水。
4. 種子入管。
5. 覆蓋乾土。

2

開始栽種



山藥的採收方法

M 寶的登士昂秀

採收山藥時

先要清除支架和莖蔓，再挖開山藥溝的土壤，取下塑料套管，並打開塑料套管取出山藥。



清洗山藥後，自然晾乾或用電風扇吹乾。



採用保鮮膜包裝方式包裝，如要保存較長，可用真空包裝袋保存。



山藥的營養價值

寶的超能力



亞洲
No.1



SUPER
POWER

山藥

是高蛋白質而又低脂的健康食品，並富含多種人體所需的礦物質與維生素。

增強免疫功能，降低膽固醇與化學物質引起腫瘤的機會。

基隆山藥



營養價值為

亞洲第一、世界第二，

口感則是

世界第一

好吃的山藥。



山藥的烹調

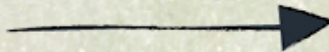
煎、煮
炒、炸



煲湯
熬粥



可完全成為佳餚如果



山藥的入菜法

M 寶的子女口味

四神湯

山藥煎餅

山藥沙拉

山藥炸物

山藥炒菜

山藥雞湯



農村再生
RURAL REGENERATION



行政院農業委員會水土保持局
Soil and Water Conservation Bureau, COA

補助