

臺南市私立長榮女子高級中學

在地食材處理實作

編制人：蔡宗翰



單元介紹

- 單元一 在地食材認識
- 單元二 食材種植體驗
- 單元三 虱目魚處理及運用
- 單元四 芒果處理及運用
- 單元五 鮮奶處理及運用
- 單元六 牛肉處理及烹調



單元二 食材種植體驗



什麼是有機耕種？

- 不使用化學農藥、化學肥料及基因改造物料
- 按照節令及自然環境安排種植
- 保持泥土長遠生產力
- 避免破壞生態環境
- 減低能源消耗



有機種植的好處

- 提供健康的食材 / 園藝
- 增進學生間的互動
- 體驗種植與生活環境的關係
- 綠化學校環境，舒緩身心

植物生長環境因素

- 陽光
- 空氣
- 水分
- 種植介質
- 養分



種植介質

種植介質指用於栽種植物的材料，包括：

- 土壤
- 泥碳土
- 水苔
- 樹皮
- 蛭石
- 珍珠石



常用的培植泥土

➤ 黃花沙

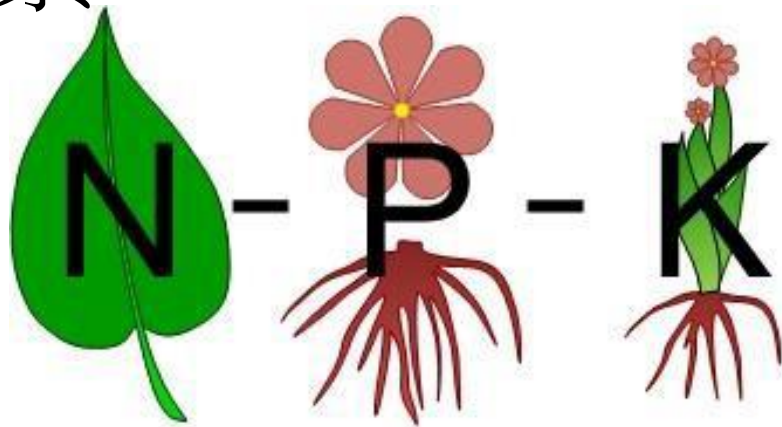
➤ 培植土

➤ 其他

(咖啡渣、枯葉)



植物營養元素



Nitrogen

Phosphorous

Potassium

氮 (Nitrogen)

促進植物枝葉濃綠，生長旺盛

磷 (Phosphorous)

助長根部發育，吸收養分，花芽分化、開花、結果

鉀 (Potassium)

強壯根莖、健全發展枝幹，增進葉簇花色美觀，抵抗病蟲害

植物營養元素

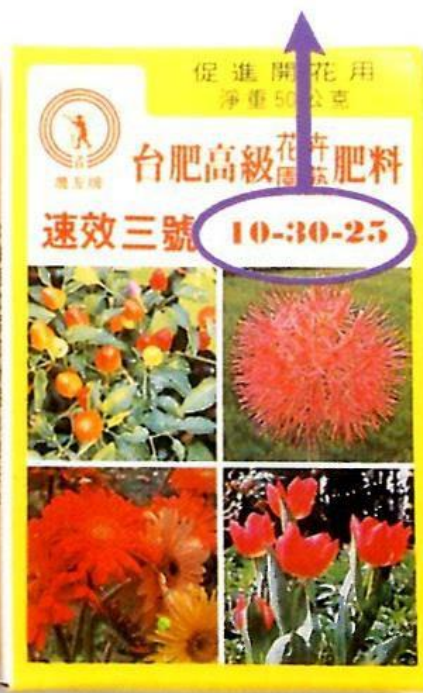
20-20-20
氮-磷-鉀



31-10-10
氮-磷-鉀



10-30-25
氮-磷-鉀



植物缺乏營養元素



正常



缺氮

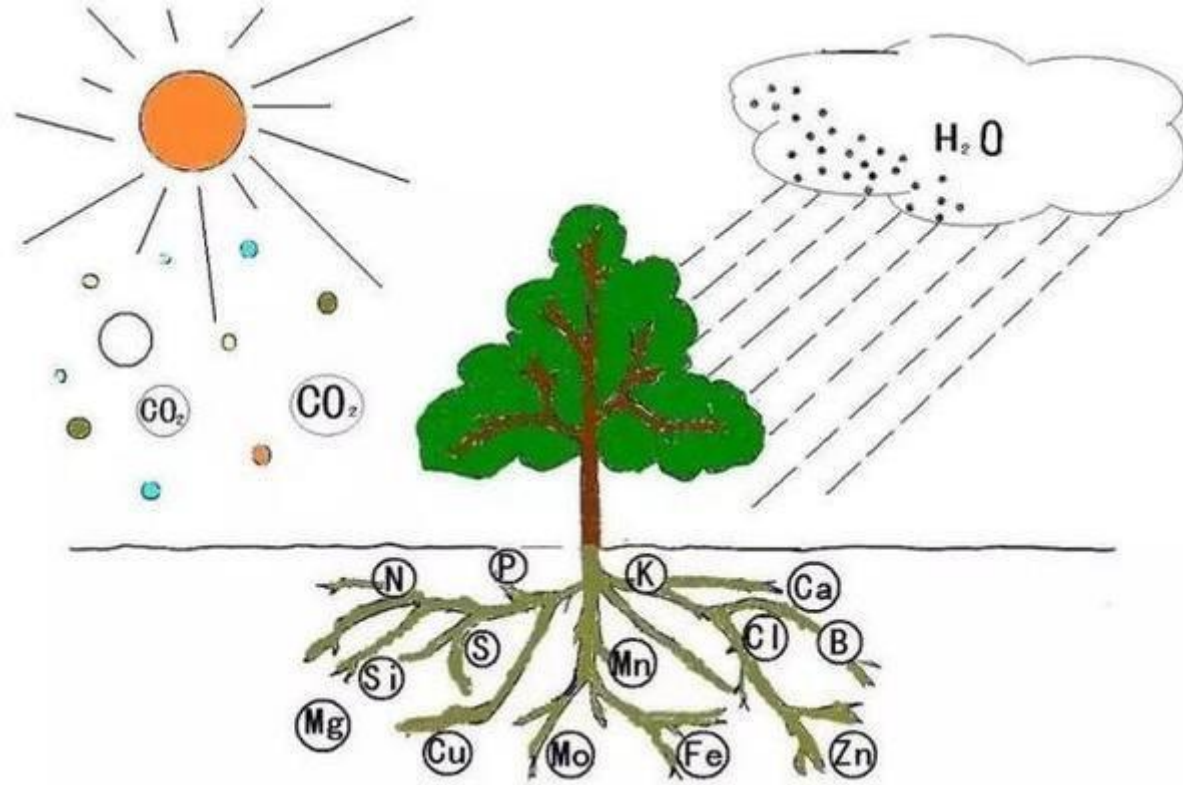


缺磷

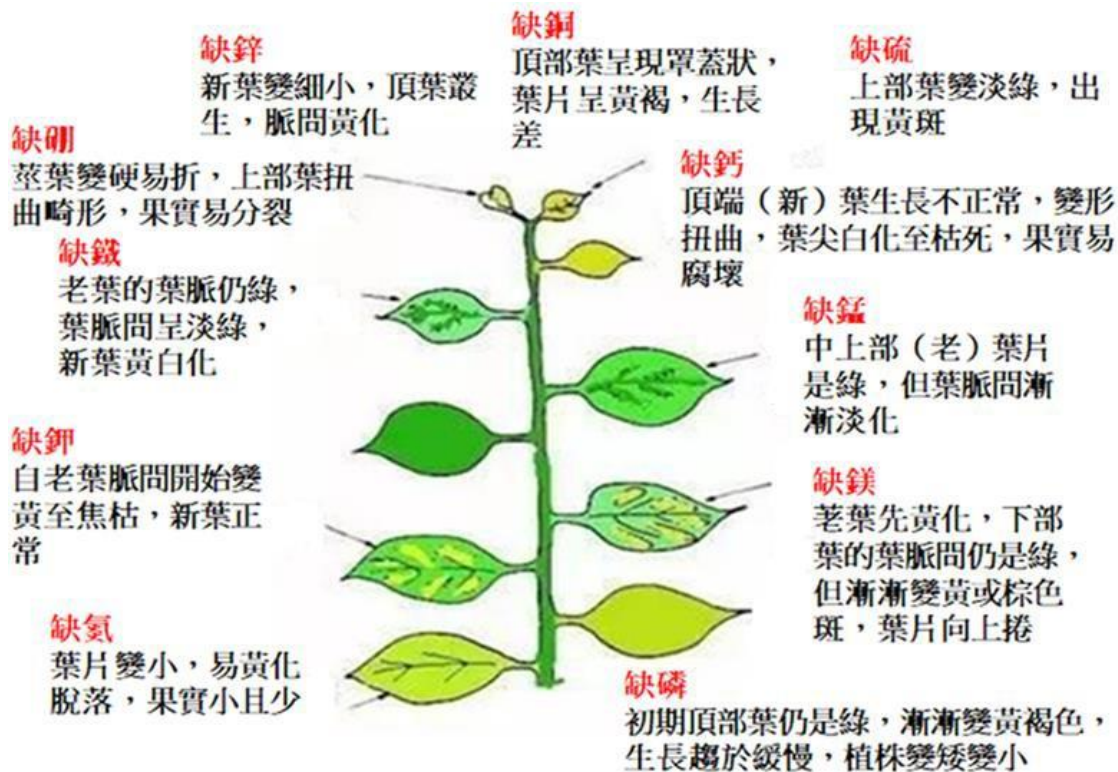


缺鉀

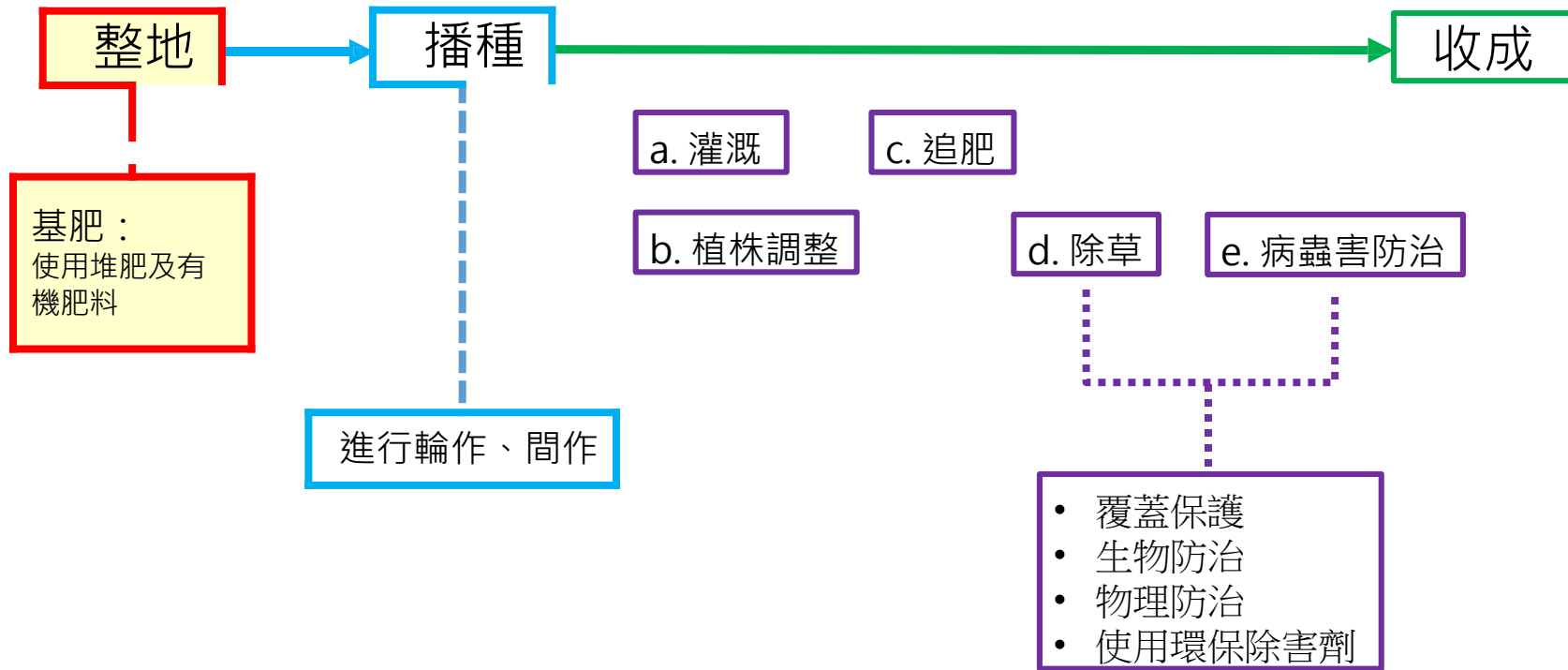
植物營養微量元素



植物缺乏營養微量元素



有機耕作的管理



有機肥料

肥料	所提供的營養	對植物的好處
花生麩	氮肥為主	促進枝葉生長
骨粉	磷肥為主	促進開花結果
草木灰	鉀肥為主	促進植物內碳水化合物 的合成與傳送
廚餘肥	有機質	養份齊全且能改善土質
魚肥	各類元素、有機質	促進吸收及保持植物健康

施肥 — 基肥



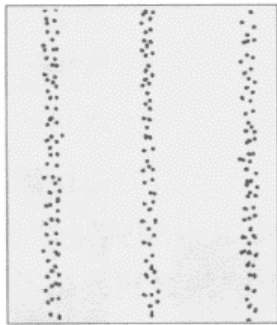
加入腐熟堆肥 / 有機肥料

- 基肥一般叫底肥，是在播種或移植前施用的肥料
- 作用是供給植物整個生長期中所需的養分



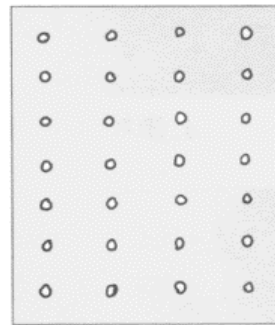
翻土使充分混合

播種



條播

有固定行距，沒有固定株距



點播（穴播）

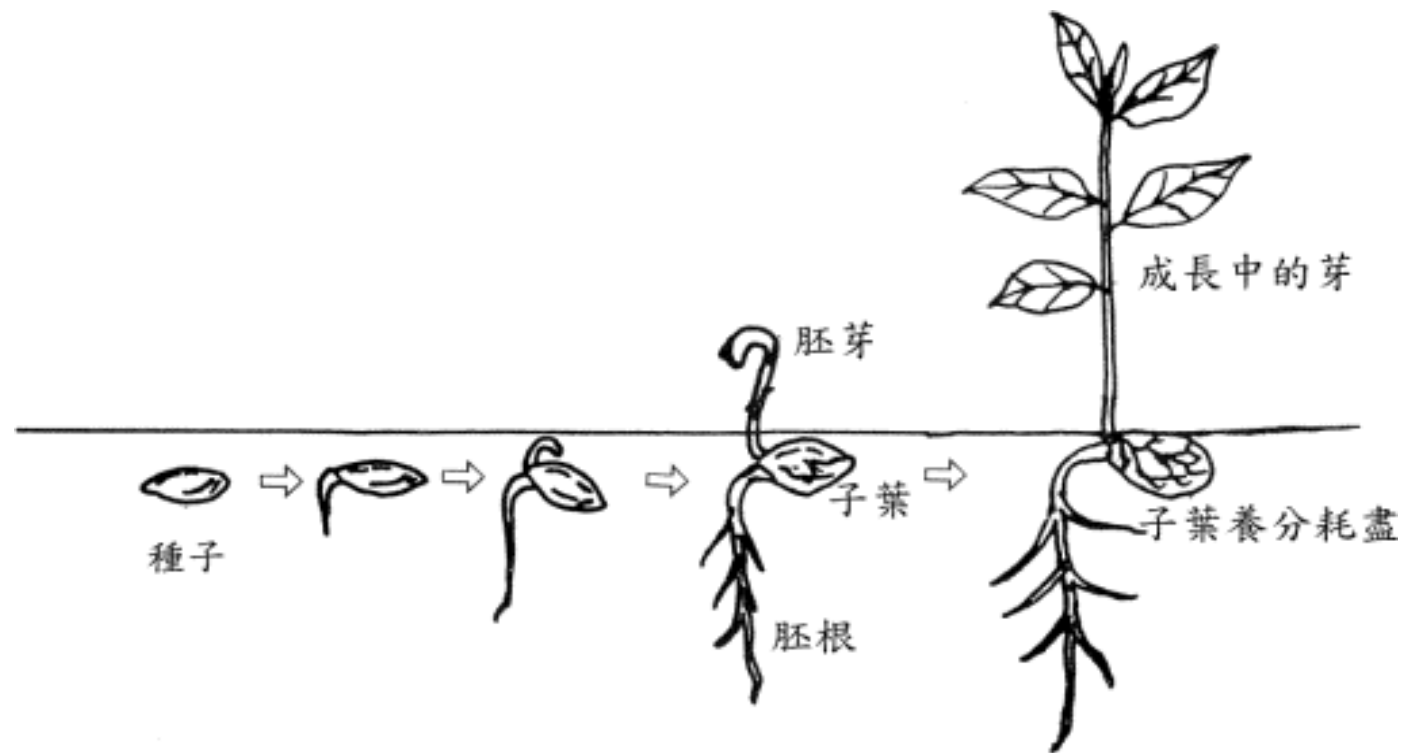
有固定行距及株距



撒播

沒有固定行距及株距

種子發芽情形



育苗

- 約一星期後（展根期），可將成功發芽的種苗小心移入育苗盤
- 約三星期後（真葉生展期），待3-4對真葉生出後便可移苗到較大的個別苗杯



薄荷種法



<https://www.youtube.com/watch?v=ito8rHvbxYk&t=580s>

番茄種植



<https://www.youtube.com/watch?v=JaiTr18yJs8>

辣椒種法



<https://www.youtube.com/watch?v=o9kwN779qLk>

親身校園種植

- 分組在校園內花圃種植
- 各組可以選擇種植項目並記錄
- 於學期末繳交一份完整的紀錄報告~
- 除了上述影片，同學也可以自行找尋

Q & A



Thank you 
 FOR YOUR ORDER

