作者:顧明勇

第一名:鮮甜的無毒蔬菜

媒體經常報導蔬菜殘留農藥,食用後易致癌,嚴重危害身體健康,遂 喚起自己種植無毒

蔬菜。三年前在市民農園租了一塊約20坪的菜園,種植不使用農藥的蔬菜。 剛開始種植時,滿懷期望及興奮的心情,希望種出豐收的蔬菜,結果 事與願違,畢竟「隔行如隔山」經不斷上圖書館查閱及上網搜尋相關資料, 尤其農友公司網站上所建置內容豐富的「栽培技術」及很多實用的種植知識 再加上請教農改場的專家,讓我很快的從門外漢變成半仙。

栽種過程中,有時雖然覺得疲累,但每當看到朝氣十足,綠油油的蔬菜,心中總有一股喜悅之感!尤其每當拜訪親友時,皆以親手栽種的新鮮蔬菜當伴手禮,親友們喜悅的表情,讓我也覺得頗有成就感,還多了個「種菜」的閒聊話題。

種菜後,不但身心獲得舒壓,也更健康,而且家裡的餐桌上,幾乎天 天都有我親手栽種,現採的鮮甜蔬菜,吃得既安心,咀嚼起來更是覺得鮮 甜可口!

