



會址：屯門井頭上村 87A
網址：<http://www.gaiass.org>
電郵：gaiass@yahoo.com.hk
電話：2613 2773 傳真：2618 4008

「自然協會」成立於1993年，為香港首間提倡情意自然教育與奉行簡樸生活的慈善教育團體，於2007年創辦「鄉師自然學校」。

2011 “糉” 是有情天健康裹糉訂購

端午節又來了，吃過舊年本會製作的糉子是否念念不忘呢？在端午節送糉子給至親好友既應節又能表達心意，如果能送上色香味美又健康的糉子，更加讓對方感受我們的濃情厚意！吸取過往經驗，我們只可提供 800 個糉子，數量有限請儘早訂購！

- 目的：
- 1) 推廣健康飲食文化
 - 2) 傳承中國民間傳統風俗
 - 3) 為自然協會籌募經費



款式：

1) 豆沙桂花鹼水糉 (養心護肝、清熱解毒)

*桂花獨有的清香，滲入糯米之內，再加上自製的紅豆沙，是絕對的經典組合。

2) 牛肝菌五色糉 (開肝明目、開胃益脾、提高免疫力)

*雲南野生頂級無污染美味牛肝菌、糙米、紅米、黑米、小米、苦養米，五色養五臟。

3) 健康養生糉 (保腎健肺、強身健體)

*各款粗糧、雜豆合理搭配，口感豐富，營養均衡，健康首選。

4) 紫米眉豆蘿勒糉 (益心補氣、健脾祛濕)

*紅樓夢中，稱之為御田胭脂米，又稱藥谷米，於天然生態環境種植，是曆代的朝廷貢品。現稱墨江紫米。裡面配上自種的蘿勒，使米香、香草香互相彰顯。

特色：柴火烹煮

出品人：茶花籽(自然協會第八屆大地行者、前 club 0 及綠色女流裹糉導師，有機生活一族，中港台和平婦女香港代表、落實綠色生活實踐者)

訂購方法：請填妥有關表格連同款項於 23/5/2010(星期一)前交自然協會

領取地點：自然協會(屯門井頭上村 131 地段 87A 鄉師自然學校)

查詢：26132773 (自然協會)

自然協會 2011 “糉” 是有情天健康裹糉

出品人的話：



製香囊，划龍舟

裹蒸糉，祭屈原

民間風，您去傳

鄉裡俗，我來承

手中教，意相會。

四種味道的糉子，其色、其香、其味，能品、能賞，却不要被其迷亂！

需要明瞭及曉透的是：味道不只是因為料理者對食材的恰當好處的運用；

包糉，不只為手藝的展示；吃糉者，不只為其營養。嗯！不知您能否品出



——其在柴火煲煮之下的原始；

——大地賜予食物的無限恩情；

——運送食物者的辛苦勞碌；

——料理食物者的誠摯祝福。

多麼渴望祈盼這原始、這恩情、這祝福、這味道、這手藝、這辛勞，一併在這柴火的燃燒中穿透時空的阻隔、蒸騰，飄散出去，飄入您的心坎。

您收到了嗎？

收到了，可否再聆聽，今夏，我要邀您在這個端陽節裡帶上糉子，我們一同乘上心舟，共赴汨羅江，齊吟一首贊歌，以酹屈原的民族英魂！

應約否？

應約便不負我這盈盈眼眉處的多情之淚了！

只能吃到工廠流水作業下機械製造出來的模具糉，那時悔之已晚！

茶花籽至誠分享