


可以吃的生態 

耕種的足跡



零食密語

第一課：耕種的足跡 —— 《零食密語》

班別：_____

組別：_____



薯仔 → 薯片

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

有哪些零食的成分是由耕種所得？

食树的出生地

分類：本地常種作物 VS 外地入口作物

分類原則？

外地入口作物

小麥、大麥、可可、胡椒、蕎麥、冬菇、栗子、水蜜桃、藍莓、蘋果

其餘都是本地常種作物

種類	作物
葉菜類	莧菜、通菜、潺菜、白菜、菜心、生菜、椰菜花、西蘭花
茄類	茄子、番茄
瓜類	冬瓜、青瓜、節瓜、苦瓜
豆類	四季豆、豆角、荷蘭豆
根莖類	番薯、甘荀、白蘿蔔、芋頭、薯仔
其他	粟米、秋葵
香草類	韭菜、香茅、辣椒、薑、蔥、蒜

本地農場只供應全港所需的1.6 %的蔬菜

食材的季節

有沒有蔬果只有夏天或冬天才會食？

有什麼菜是全年也會食？

按農作物的收成季節，
把「農作物」卡擺放到「作物收成期」圖的冬季、夏季上

	夏天	冬天
葉菜類	莧菜、通菜、潺菜	白菜、菜心、生菜、椰菜花、西蘭花
茄類	茄子(6-12月)	茄子(6-12月)、番茄
瓜類	冬瓜(5-10月)、青瓜、節瓜、苦瓜	冬瓜(5-10月)
豆類	四季豆(4-6月及10-12月)、豆角	四季豆(4-6月及10-12月)、荷蘭豆
根莖類	番薯(3-4月及8-10月)	番薯(3-4月及8-10月) 甘荀、白蘿蔔、芋頭、薯仔
其他	粟米(7-12月)、秋葵	粟米(7-12月)
香草類	韭菜(全年)、香茅(全年)、辣椒	韭菜(全年)、香茅(全年)、薑、蔥、蒜

為什麼需按本地季節而耕種？

田 菜 粉 蝶



田菜粉蝶 | 可以吃的生態



複製連結

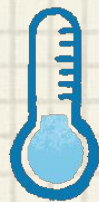


立即觀看： YouTube



西蘭花、菜心、小白菜、蘿蔔……
等都是我們常吃的蔬菜，它們都有一個共通點：都是十字花科的植物，含有芥子油！除了能為我們提供營養，菜粉蝶的幼蟲都愛吃呢！

→ 返回 BACK



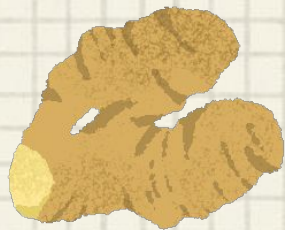
澱粉質



分解

糖分

進食時令菜有什麼好處？



主要的食物原材料都是依賴耕種而來。

為什麼本地可種的作物種類豐富，但供應產量有限？

耕種與本土氣候、生態有著怎樣的連繫？