



火紅 秋之豐

秋天，我們聯想到豐收。

在花蓮赤柯山腳下，海岸山脈肥沃的土壤，栽種大面積的火龍果。

他們堅持以有機農法，細心照顧看起來不起眼的植株，定期減花、疏果。

火龍果的套袋也很費工，先期以紗網防止蟲鳥啃蝕，仍能接受日照醞釀甜度，後期再套上阻隔日光的紙袋，紙袋上依套袋時間長短以線條註記，等到畫上三條線代表果實成熟了。

紅豔豔的火龍果，在秋天朗朗的晴空下，顯得更耀眼。切開來，白色果肉散發清爽果香，品嚐火龍果的最佳方式，切片不去皮，絕對別像西瓜從中間吃，而是比照吃香蕉，從切片尖端將皮剝開，豪邁大口咬下，整個果實從皮到核心，微酸到香甜的層次，在味蕾中逐漸創作出和諧的樂章，忍不住再吃第二口。

有機火龍果吃得到土地的滋味(我在果園中，還與散步的母雞相遇)，果肉實在不軟爛，打破火龍果沒味道的錯誤印象。

9月到11月是縱谷火龍果產季，再往南走，臺東的釋迦果香也開始勾動童年「吃釋迦吐籽比賽」的樂趣。秋天，來縱谷泡好湯，吃好果，養生又健康。

秋季觀光活動訊息

花蓮

日期	地點 / 活動名稱
10/01	萬榮鄉 / 太魯閣族感恩祭
10/27	林田山林業文化園區 林田山木雕音樂饗宴活動
11/17	鯉魚潭 / 輪轉花東 單車嘉年華
11/18	鯉魚潭 / 珍珠探索行程 (巴士+自行車) 請向縱管處報名
11/17-11/18	鳳林鎮 鳳凰山莊(賽斯村) / 一體大典

臺東

10/06-10/13	日暉國際渡假村 / 超跑假期
11/24	關山農會米國學校 / 愛戀稻關山 客庄 12 大節慶 - 臺東好米收冬祭
12/01	臺東縣客家文化園區 / 稻香樂飄揚 客庄 12 大節慶 - 臺東好米收冬祭
12/01	池上 / 2012 第四屆樂活台東 池上田邊馬拉松
9-12 月	武陵綠色隧道 / 鹿野 2626 農村市集 每月第 2 個星期六下午 2 點到 6 點
11-12 月	「臺灣好湯」溫泉美食嘉年華 11 月起，於鯉魚潭、瑞穗、羅山、 鹿野等遊客中心，可索取泡湯護照， 享受優惠的縱谷好湯之旅。



自在縱谷

NO.03
旅遊季刊

Taiwan
THE HEART OF ASIA

你可以再暢秋一點

總是風，捎來換季的簡訊。
秋高氣爽，開始懷念泡湯的舒暢。
放空，讓縱谷山林的奈米分子滲入感官，
過濾和交換之間，
感應身心和天地不息的運行。
真的，你可以讓自己再暢秋一點。



交通部觀光局花東縱谷國家風景區管理處