

26

機 進 Organic forum

2018 SPRING 春季刊 • 26 期

 香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

 香港有機資源中心
HONG KONG ORGANIC RESOURCE CENTRE

本期專題 — 廚餘歸何處

- 識食 • 惜食
—— 向剩食說不
- 建立惜食風氣
—— 黃錦星局長
- 2017綠色有機健康跑
暨嘉年華活動回顧



中心總監的話

剛剛迎接了狗年的來臨，祝大家狗年事事順利，年年有機！

春節期間，相信大家都忙於參加團年飯、春茗等大小宴會，與一眾親朋好友共度佳節。但不知道大家有否留意，當我們享用完豐富美酒佳餚後，每餐到底剩下多少食物？

港府過去十年積極教育市民減少廚餘產生，在家居廚餘減廢方面確是略有成績，過去五年家居廚餘略有下降，證明環境局的「惜食香港」運動確有成效，但很可惜過去一年整體廚餘產量卻錄得輕微上升，主要原因是工商業廚餘的增加。現時，每天仍有三千多噸的廚餘垃圾運往堆填區，佔用寶貴的堆填區，浪費地球資源。

有見及此，今期「機匯」以探討本港廚餘何去何從來做封面故事，我們亦有幸邀請到環境局局長黃錦星於「有機會客室」與我們分享近年本港處理廚餘的情況及成效。政府將設立有機資源回收中心，利用生物處理技術（厭氧分解）將已作源頭分類的廚餘轉化為再生能源，坊間亦有不少團體進行食物捐贈的活動，減少廚餘之餘，更可幫助弱勢社群，一舉兩得。

剛剛在瑞典參加完一個博士論文的答辯，論文探討源頭分類的方法，其中一位瑞典教授提出，瑞典的減廢工作位列世界前茅，但只是分類回收，減少堆填，不是減少源頭廢物的產生。這一點我覺得值得大家反思，確實減少廚餘絕非一朝一夕之事，政府一方面要盡快建立廚餘收集和處理設施，但減少廚餘產生才是最有效的解決方法。另外，今年一月份中心邀請了台灣葉恩承教授來港分享他食農的經驗，讓學生參與有機耕種，認識食物的來源，從而珍惜食物。而浸大新成立的生物資源與農業研究所正籌建一所名為可持續資源館（Sustainability Gallery，簡稱S Gallery），亦希望從有機農業教育市民珍惜地球生物資源，為下一代締造可持續發展的未來。

S Gallery 今年六月將開始試運，以互動參與的方式，讓參觀者有更深刻的體驗，並明白珍惜生物資源的重要性。我誠邀你和你的家人來支持我們的工作，多給我們你的意見。

黃煥忠

2 中心總監的話

專題探討

廚餘歸何處

4 廚餘再生——探討現在・決定未來

7 識食・惜食——向剩食說不

有機會客室

10 移風易俗建立惜食風氣——黃錦星局長

有機生活情報站

12 有機魚食譜

13 有機蔬果小百科

農場好去處

14 丹山有機

15 樂樂有機農場

15 康苗有機農場

農夫說

16 求變創新・與時並進 用「心機」經營農莊

市場快訊

18「至Top有機零售商」專訪系列
——綠悠悠有機便利店

中心動態

19 2017綠色有機健康跑暨嘉年華

20 台灣有機農業考察團

21「可持續資源館」(S Gallery)

21「優質有機零售商」計劃暨
「至TOP有機零售商」選舉2018

認證消息

22 分流生產是什麼？

22 有機認證單位

總編輯：黃煥忠教授 MH, JP

編輯：侯錦蝶、溫翰芝、鄭樂文、陳慧芬

撰稿：周卓瑩、葉靜怡、周煒樂、鄭樂文、
高施駿、梁峻璋、朱敬康

設計：楊志豪

電話：3411-2384

傳真：3411-2373

電郵：hkorc@hkbu.edu.hk

Facebook：香港有機資源中心

本刊由香港有機資源中心出版
以100%再造紙及大豆油墨印刷



廚餘 歸何處



廚餘再生 ——探討現在· 決定未來



根據《香港固體廢物監察報告——二零一六年的統計數字》，香港每日棄置超過1萬噸都市固體廢物，當中約四成是廚餘，即3,600噸，重量相等於250輛雙層巴士。雖然家居廚餘棄置量按年下跌，但工商業棄置量卻按年上升達6.5%。由家居廚餘棄置量推算，香港每人每年棄置約0.13公噸廚餘，比鄰近城市首爾及台灣的0.07公噸高出接近1倍。現時，由家居和食肆產生的廚餘，幾乎全都與其他種類的廢物混雜，以末端堆填方式處理。此舉不但耗用緊拙的土地資源，更將廚餘剩餘的能量與養份長埋於地，浪費寶貴的地球資源。面對堆填區爆滿，減少廚餘產生是政府刻不容緩的工作。

源頭做起 轉廢為寶

要減少棄置於堆填區的廚餘量，最直接的方法是源頭分類、轉廢為寶。自2011年起，房屋委員會於14個公共屋邨分階段推行「廚餘回收試驗計劃」，收集廚餘製成堆肥。同年，環境保護署(環保署)推行「屋苑廚餘循環再造項目計劃」，成功吸引了37個私人屋苑安裝廚餘堆肥機。但由於廚餘機處理量為最多每月100公斤，未能真正解決居民產生的大量廚餘，亦未能使全港廚餘棄置量有實質下降，只能達至宣傳教育之效。由此可見，單靠自願性的社區參與廚餘回收計劃而欠缺政策強制廢物源頭分類，可持續性存疑。廚餘堆肥成功與否有賴於源頭分類，減少廚餘混雜其他垃圾，以保持堆肥質量。就此，政府可參考台北市的做法，包括強制要求市民把家居廚餘分為養豬廚餘與堆肥廚餘回收(見附表)，並禁止將垃圾與雜物混入廚餘，違規者可判處罰款。推行政策之後的10年間，台北市的廚餘回收量由2.4%大幅提高至44%。

大部分廚餘原是人類的食物，經微生物發酵處理後，蛋白質含量可達35%，可謂相當豐富，把這些製成品再造成魚糧、豬糧等飼料，可以有效地把廚餘的營養素重投食物鏈中。環保飼料的製造過程包括廚餘篩選、高溫烘乾/烤熟、打碎、添加營養素的步驟，最後製成顆粒；本地也有投資者於環保園設廠，利用自行研發的發酵生物技術將廚餘以高溫轉化成蛋白粉，製造成動物飼料的基本材料。然而，由於香港的禽畜養殖業已經式微，本地市場無法吸納大量由廚餘轉化而成的飼料。

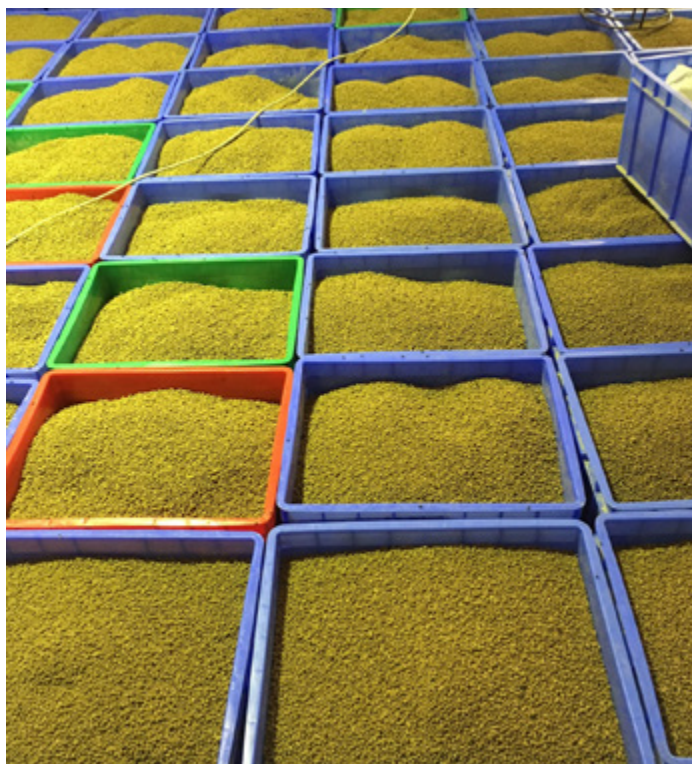
轉廢為能 貼合香港需要

針對香港耗電量大的問題，以廚餘發電和發熱，可以替代部分用化石燃料產生的能源，繼而減少溫室氣體排放，保護環境。轉廢為能的技術普遍是透過採用生物處理技術(厭氧分解)，生產可回收熱及電力的生物氣，過程亦會衍生堆肥產品這項副產品。

台北市養豬及堆肥廚餘分類指引

養豬廚餘	堆肥廚餘
<ul style="list-style-type: none"> 家中不再食用的食物、食材，只要煮熟後豬便可以吃 	<ul style="list-style-type: none"> 無法食用的有機資源材料
<ol style="list-style-type: none"> 生肉、生內臟、生菜葉、水果、冷凍食品 過期食物、食材、各式調味料(鹽、太白粉、麵粉等) 	<ol style="list-style-type: none"> 果核、果皮 食材外殼(蝦、蟹等外殼) 樹葉、花材、殘渣(茶葉渣、咖啡渣、蔗渣、中藥渣) 雞、鴨等小骨頭及豬、牛、羊等大骨頭 混雜大量堆肥廚餘或已酸臭腐敗

香港政府已開始發展有機資源回收中心計劃，為回收已於源頭分類的工商業廚餘。計劃分兩期進行，第一期回收中心位於北大嶼山的小蠔灣，每日最多處理200噸廚餘，估計每年可生產並輸出1千4百萬度電力到電網，足夠3,000戶家庭使用，每年減少約2萬5千噸溫室氣體排放。第二期回收中心選址北區的沙嶺，預計每日可處理300噸廢物，兩期回收中心每日的廚餘處理量合共可達500噸。政府就本刊對有關工程進度查詢時回應，有機資源回收中心第一期及第二期預計會在本年初及2021年分別落成啟用。由於工商業廚餘產生比較集中，相對較容易分類，預計香港首兩所有機資源回收中心將主要回收工商業廚餘。政府亦已開始規劃有機資源回收中心第三期，初步預計可於2026年啟用，屆時有望可以擴大規模處理及回收家居廚餘。



廚餘經細菌發酵後製成的魚糧



參與房屋委員會「屋苑廚餘循環再造項目計劃」的其中一個屋苑

可惜這個轉廢為能的計劃尚未能完全解決廚餘問題。環保署的監察報告指出，本港每日超過1,200噸來自工商業界的廚餘被棄置於堆填區，即使兩期的有機資源回收中心同時運作，仍不足以應付工商廚餘棄置量的一半，僅佔總廚餘棄置量(3,600噸/日)的一成四。政府需加快處理速度，興建更多生物處理設施，並建立完整的廚餘回收系統，才能真正以轉廢為能的方法全面解決廚餘問題。



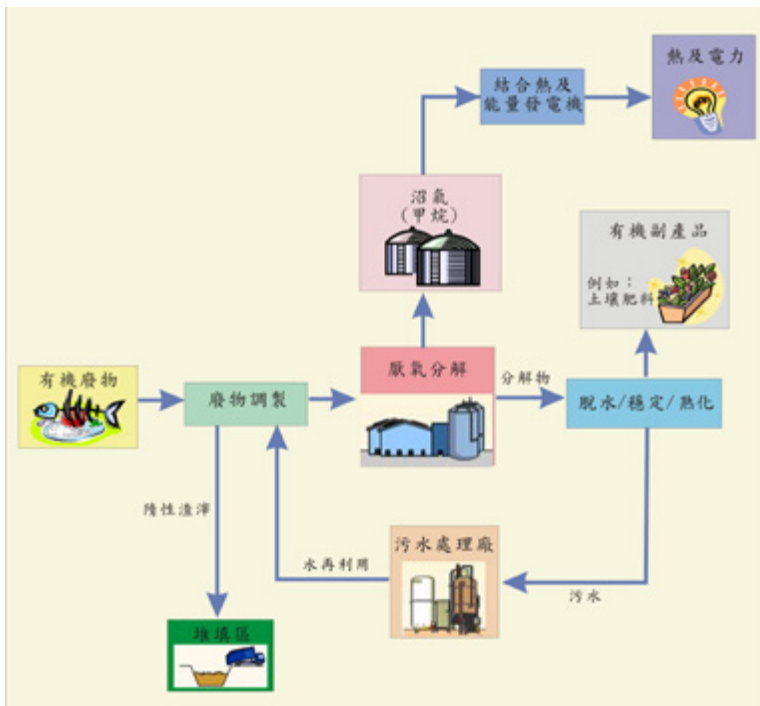
有機資源回收中心電腦模擬圖

下定決心 廚餘不廢

環保署於2014年發表《香港廚餘及園林廢物處理計劃2014-2022》，定下目標於2022年（即4年後）或之前將棄置於堆填區的廚餘減少四成，至每日2,160噸。要有效處理廚餘，政府的政策和市民的參與同樣重要。惟現時香港根本沒有完善的回收系統或其他分類設施，大型的廚餘回收設施又未有確實落成時間。廚餘回收方法未明，實在難以推動市民參與減廢回收。

因此，未來一年政府除了需盡快落實垃圾徵費和強制垃圾分類外，更需加快落實廚餘處理設施，以鼓勵市民做好廢物源頭分類。此外，政府應持續提供資助，支持發展轉廢為能技術的研究，拓展再造廚餘的發展空間及市場應用。市民亦可由個人行為做起，例如在日常生活中減少浪費食物，外出用餐時點適量的餸菜，或把吃剩的食物帶回家中，為環保盡一分力。

文：周卓瑩 ■ 圖：環境保護署、香港科技大學



有機資源回收中心運作流程

參考資料：

- 環境保護署統計組（2017）。《香港固體廢物監察報告——二零一六年的統計數字》。擷取自網頁<https://www.wastereduction.gov.hk/sites/default/files/msw2016tc.pdf>
- 環境保護署（2017）。〈有機資源回收中心〉。擷取自網頁<https://goo.gl/nG7D3v>
- 環境局（2014）。〈香港廚餘及園林廢物計劃2014-2022〉。擷取自網頁<http://www.enb.gov.hk/tc/files/FoodWastePolicyChi.pdf>
- 鄺柏強（2017）。《惜食咪做大嘍鬼》。香港：紅出版（青森文化）
- 黃煥忠（2015）。〈遲來的廚餘處理設施〉。擷取自網頁<https://goo.gl/dwk7A7>
- 臺北市政府環境保護局（2018）。〈家戶廚餘回收配合事項〉。擷取自網頁<https://google/yMZhUo> 擷取自網頁<http://www.enb.gov.hk/tc/files/FoodWastePolicyChi.pdf>

識食·惜食

——向剩食說不

香港有三分之一的垃圾來自廚餘，它們的「死因」各有不同，例如過期變壞、其貌不揚、主人「眼闊肚窄」等等。環保署近年推出的「大咗鬼」，形象深入人心，但到底香港人有多大咗？一項港人飲食習慣調查發現，逾八成半的受訪者及其家人每星期均會丟棄尚可食用的食物，而一成半人因為食物快過期而丟棄尚可食用食物。

要處理如此龐大數量的廚餘，無庸置疑，我們不能單單依賴如生物質能的先進科技，更好的解決方法是從根本著手——源頭減廢。除了政府的宣傳，民間亦有不少非政府組織盡心竭力，從不同方面著手，絕不輕看剩食的價值。



香港人的日均廚餘量遠超其他鄰近城市。（攝於惜食堂粒粒皆辛館）

以食物回收關愛社區

以惜食堂為例，回收的食物在貯存前皆會經過嚴格的食物安全檢測，然後被放置於密封的保溫箱中，再運送到惜食堂位於小西灣或深水埗的廚房，由職員及義工烹調成美味佳肴，最後再進行抽樣檢驗，確保食物符合食用安全標準。這樣，一個個充滿愛心的飯盒送到社區中心後，會被派發給有需要人士及家庭，既可以減少剩食，也可以幫助社會上需要食物援助的市民。

利用每天收集到約4噸的食物，惜食堂大約可以

製作約7,000個飯盒及1,000個麵包以供給3萬名有需要人士。今天，食物回收看似是一個普羅大眾較容易接受的概念，但其實不然。惜食堂高級項目經理王敏儀小姐（Astor）表示，2011年惜食堂開始食物回收計劃時，不少公司因想避免引致不必要的麻煩而抗拒食物捐贈，幸得一些熱心公司的支持，其後加上媒體廣泛報導，令社會對食物回收的取態變得開放，計劃才得以順利進行。展望未來，惜食堂冀望可以借用學校飯堂，以增加更多飯盒派發及供應受助人士用餐的地點，將「惜食剩食」的訊息散播到社區各處。



圖為惜食堂位於深水埗的愛心聚餐區，讓長者可以於舒適的環境一邊享用愛心飯盒，一邊與其他長者交流，建立社區連繫。



Food Savior

Eat. Save. Protect.

結合科技 拯救來自餐廳的剩食

工商業每天的廚餘超過一千噸，除了過量的食物原材料，亦有不少經過精心烹調的食物被浪費。Food Savior——是全港第一個將消費者與餐廳聯結的網上平台，整合全港不同餐廳、咖啡店及麵包店提供的減價資訊，消費者只需在網上下單，然後於指定時間到商店領取食物便可。一方面消費者可以以低至半價的折扣購買新鮮食物，餐廳也可獲得收益，而另一方面可拯救可食剩食，減輕堆填區的負擔，達至多贏效果。

作為於香港相關領域的開發者，Food Savior 創辦人之一——Liz Thomas與我們分享，自上年3月成立以來，她與另外兩位創辦人不斷嘗試說服不同餐廳。起初尋找合作餐廳時，有些餐廳表示寧

願將食物丟棄，也不願以折扣價將食物出售。現時，Food Savior 有約20間合作機構，公眾的反應比預期好，自第一天開始已收到數個訂單，她認為，這正正反映市場需求，為日後的發展奠下基石。Food Savior 將會推出手機應用程式並繼續尋找更多本地餐廳，進一步擴展規模，使更多消費者及餐廳受惠。

請給過期食品一個機會

你能想像每年全港都有超過1.5億的過期食品被丟棄到堆填區嗎？一直以來，消費者被灌輸「過期=垃圾」的意識，很多人都不清楚什麼是「最佳食用日期」(Best Before Date)及「此日期前食用」(Use By Date)，這促使了綠惜超級市場(GreenPrice)的誕生。

於2016年成立，GreenPrice是一間由4位熱心於環保議題的大學生組成的社企。GreenPrice於位於深水埗及觀塘的兩間實體店及網上以半價或以上的價錢出售貨品。與一般超級市場不同的是，GreenPrice所賣的貨品都是向分銷商、代理收購將會或剛過最佳食用日期的產品，這些產品若在限期內得到適當保存，其實即使過了限期，食物的外觀、顏色及味道不會有太大變化，故仍可食用。GreenPrice的創辦人之一Terence表示，食品於上架前都經過試味，而在售賣期間亦會不時進行抽查，以確保貨品並沒有變壞，上架的貨品清楚標明已到期，職員於銷售時亦會向客人解釋有關概念，增加他們對過期食品的知識。

除了市場對過期食品的認識不足及疑慮，以致消費者未必能接受過期食品之外，Terence坦言從創立至今在多方面都遇到不少困難，例如售賣過期食品在亞洲並未有先例，供應商基於食品安全考慮，GreenPrice吃了不少閉門羹；在運作方



Food Savior的網上平台合作餐廳十分多元化，讓消費者有更多選擇。



GreenPrice店內有各種零食、雜糧等食物，種類包羅萬有，亦有不少外國進口貨品，以迎合不同需求。

面，GreenPrice同時經營實體店及網上銷售，加上供應商的貨量一般不多、貨品有不同定價等，都為管理帶來不少挑戰。

「其實成績比我們預期還要好，只要經過一番細心講解，香港人還是接受過期食品的，亦有顧客再次回購。」他補充，現時客人大部分來自基層、中低產階級，GreenPrice正好為他們提供以較低價錢售賣的進口食品，提升他們的生活水平，另外，也有些顧客是支持環保的人士。

提到對GreenPrice的展望，Terence指未來希望能設立更多分店及將貨品的種類擴展至所有有期限的產品，包括化妝品、家居用品及寵物用品，令GreenPrice變成一間多元化的特賣場，而且能向顧客推廣環保，教育他們建立環境友善的生活模式，同為香港減廢努力。

結語：

在繁榮的香港裡居住，大部分人不愁缺乏物質。事實上，食物短缺不僅會在第三世界發生，以香港人現今的生活模式，資源被無止境地虛耗，全球糧食危機的警號早已響起，香港亦終將無法獨善其身，珍惜寶貴的食物資源這個任務必須由每一個你、我、他合力完成，地球資源才能得以持續循環。



GreenPrice努力透過不同渠道宣傳珍惜過期食品。

文：葉靜怡 ■ 圖：葉靜怡、Food Savior、GreenPrice

參考資料：

- 世界綠色組織 (2017)。〈智營惜食嘉年華暨 港人飲食習慣調查 發佈會〉。擷取自網頁<https://goo.gl/LZdTDx>
- 環境保護署 (2017)。〈香港廚餘管理〉。擷取自網頁<https://goo.gl/MwwuEA>
- 地球之友 (2017)。〈每年全港產生1.5億件過期食品 兩成市民未能分清食物日期標籤完好食物誤被棄置〉。擷取自網頁<https://goo.gl/NX9UTJ>

移風易俗 建立惜食風氣

——黃錦星局長

「眼闊、肚窄，大咗鬼！」、「咪做大咗鬼，惜食為香港！」當你閱讀這些文字是否「有聲有畫面」？誕生於2013年的大咗鬼（Big Waster），當年憑著一個配合饒舌歌曲的電視廣告令公眾眼前一亮，加上後來大咗鬼在網絡媒體上各種「貼地」的宣傳手法，包括揶揄不同人物或事件浪費食物，大咗鬼的形象越發深入民心，是推動「惜食香港運動」中不可或缺의功臣，亦令社會開始關注食物浪費的問題。

廚餘圍城 難道又是土地問題？

「香港的三個堆填區將會在未來數年飽和……」這句說話，相信大家從一些政府官員或議員口中都聽過。處理垃圾問題刻不容緩，然而佔垃圾總量三分之一的廚餘卻是近年才得到注視。

香港人過著豐裕的物質生活，但繁華背後，造成的浪費不可悉數，以廚餘量為例，香港的人均家居廚餘量是台北、首爾的2倍。當被問到造成大量廚餘原因，環境局黃錦星局長笑說筆者太年輕，並解釋台北和首爾在20多年前已認真討論廚餘議題，並落實垃圾按量收費，而當時的香港正值九七回歸後的過渡期，社會聚焦不同，直至近年才開始著手處理廚餘，以致香港的步伐較慢。另外，香港在處理廚餘方面，面對著很多限制，包括極高的人口密度、地少及缺乏周邊配套配合等。



環境局辦公室外的座椅都能看見形象百變、鬼馬十足的大咗鬼。



若選擇廚餘堆肥的方式，龐大的廚餘量能轉換成可觀數量的肥料，然而不但本地農業沒有完全接收的能力，而出口廚餘亦因成本問題而變得不可行。「所以，現時我們的做法是鼓勵私人業界回收廚餘，並發展較先進的轉廢為能方式，以廢物產生能源會較適合屬於密集型城市的香港，是長治久安之計。」黃局長補充道。

循序漸進 不能追求立竿見影

以《香港資源循環藍圖2013-2022》、《香港廚餘及園林廢物計劃2014-2022》為藍圖，政府處理廚餘問題的四步曲為：推廣源頭減廢、支持食物轉贈、進行家居廚餘回收的可行性研究及擴展末端廚餘處理設施。



黃局長與大嘍鬼這對「父子」總是形影不離，難怪當我們問到有什麼印象深刻的事情時，黃局長毫不猶豫地回答：「當然是大嘍鬼啦！」

第一及第二期有機資源回收中心將分別在本年初開幕及2021年落成，以每天處理500噸廚餘（即接近現時工商業廚餘量的一半）為目標，用作回收工商業廚餘。目前計劃為自願性質，黃局長表示將參考九龍灣廚餘處理試驗設施的經驗及試行兩期有機資源回收中心的成果，日後仍有空間討論是否立法強制工商業回收廚餘或吸納某程度家居廚餘。

除了從硬件配套方面著手，「惜食香港運動」於2013年正式揭開序幕，期間進行了不少宣傳教育工作，包括大嘍鬼、「惜食約章」、惜食講座及「咪嘍嘢食店計劃」，黃局長認為一般市民及食肆老闆對此計劃的反應都不錯，而且打包文化逐漸成形，可見「惜食香港運動」對社會有正面影響，望將來社會能建立惜食文化。

積微成著 勿以善小而不為

「個人行為選擇可以影響香港整體廚餘量，勿以善小而不為。」黃局長強調「惜食香港運動」旨在改變市民日常習慣，在生活細節上「惜食」。他十分重視家庭教育，又分享平時熬湯時也會考慮如何烹煮才能令湯渣物盡其用，減少廚餘；外出食飯時會光顧參與了「咪嘍嘢食店計劃」的食肆，或有家庭聚會時亦會確保食物不會過量。

透過「食幾多，嗌幾多」、「食唔晒都打包拎走」等口語化、琅琅上口的宣傳策略，大嘍鬼於社會形成一種文化。「在『惜食香港運動』推廣第一年，有一次到餐廳進行訪問，無意聽到旁邊一枱小學生的對話：『哎呀！你個大嘍

鬼啊，你食淨咁多嘢嘅，咪嘍嘢啦！』是我上任5年來比較印象深刻，亦是很鼓舞的時刻。」

香港生活富庶，鼓吹消費，黃局長冀望「大嘍鬼」能像80年代「清潔香港運動」的垃圾蟲一樣，逆轉市民浪費、高破排放的生活態度，推動香港惜食文化。

文：葉靜怡 ■ 圖：周卓瑩



大嘍鬼不只是「惜食香港運動」的最佳代言人，就連垃圾徵費也要幫忙宣傳，真是個大忙人！

參考資料：

- 環境局 (2014)。〈香港廚餘及園林廢物計劃2014-2022〉。
擷取自網頁<http://www.enb.gov.hk/tc/files/FoodWastePolicyChi.pdf>



為令對環境友善的有機水產養殖更加深入民心，《機匯》將會一連四期推出新欄目「有機魚食譜」，誠邀烹飪 blogger 及 ViuTV 節目「煮餐飯有幾難」烹飪導師 Candice Leung 以四種有機魚為主要食材，設計出多款中西美食，鼓勵大家參考試煮，為自己、為家人、為地球，煮出美味、健康、安全、環保的有機好滋味！



鮮果入饌 意式橙香迷迭香 烤寶石魚

食譜創作：Candice Leung

(blogger 及 ViuTV 節目「煮餐飯有幾難」烹飪導師)

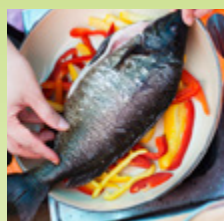
圖：Miumiu Mou

鳴謝：鴻日魚場

材料：(2人份量)

有機寶石魚	1條
有機紅甜椒(切條)	半個
有機黃甜椒(切條)	半個
有機無鹽牛油	約15克
迷迭香(Rosemary)	1條
有機橙(切片)	半個
有機橙(榨汁)	半個
有機橄欖油	約1湯匙
白酒	約100毫升
有機海鹽	適量
即磨黑椒	適量

做法：



1. 把寶石魚洗淨後，抹乾水待用。紅、黃甜椒洗淨後，去頂去核，切條待用。把紅、黃甜椒平均地鋪在平底容器上，再把寶石魚放上。

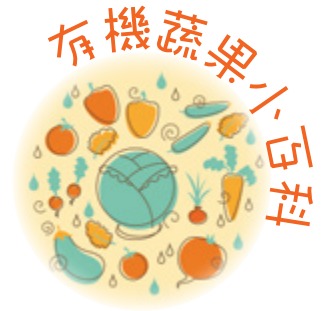


2. 將無鹽牛油、露絲瑪莉及橙片放入魚腹內，倒入橄欖油及白酒，於魚的兩旁伴以橙片，並灑上適量的海鹽及即磨黑椒調味。



3. 把橙汁淋在魚身上，放入焗爐(預熱至200度)，焗15至20分鐘。上碟時，刨少量橙皮作裝飾即成。

High-five 合掌瓜



說起佛手瓜（又名合掌瓜），很多人容易將其與名字很相似的佛手柑混淆，到底如何分辨？佛手柑是芸香科柑橘屬佛手的果實，會散發如檸檬的香氣。它的表皮皺皺的，呈橙黃色。外形獨特，遠看如一根根瘦長的手指般。它的果實、花是常用的中藥材料，能平喘，對腸管及中樞系統有幫助，有益心血管系統¹。

佛手瓜則是屬葫蘆科的蔬菜，瓜形有如兩掌合十，故此又名合掌瓜。它的表皮呈鮮綠色，有明顯的五條縱溝。佛手瓜含有豐富的蛋白質和鈣，鋅含量亦很高，有助兒童智力發育²。在中醫的角度，食用佛手瓜能健脾消食，行氣止痛³。佛手瓜爽脆多汁，以不同的烹調方法亦能帶出其的清甜味道。但需要注意的是，未煮過的合佛手去皮時流出的黏液可刺激皮膚，處理的時候建議使用手套⁴。

除了可以食用佛手瓜的果實外，其嫩梢也能吃！佛手瓜的藤蔓長出捲曲的嫩梢，好像龍鬚一樣，故名為龍鬚菜。100公克龍鬚菜的熱量只有17千卡，卻有1.9公克的膳食纖維，有助於穩定血糖、



降低膽固醇及促進腸胃蠕動、預防便秘。此外，龍鬚菜富鐵質及磷、鋅，是充滿營養且價廉物美的蔬菜。

佛手瓜的盛產期為春、秋兩季，大家不妨支持本地的有機佛手瓜，用來清炒、滾湯、做火鍋料都十分美味。

✎ 文：周焯樂 ■ 圖：資料圖片



1. 香港浸會大學中醫藥學院藥用植物圖像數據庫 (2007)。〈佛手 Foshou〉。擷取自<https://goo.gl/Gss3Qs>
2. 田洪江 (2016)。〈佛手瓜〉。《蔬菜養生宜忌》
3. 香港浸會大學中醫藥學院藥用植物圖像數據庫 (2007)。〈佛手瓜 Foshugua〉。擷取自<https://goo.gl/Hzsn9k>
4. 漁農自然護理署作物科 (2017)。〈有機合掌瓜栽培〉。擷取自<https://goo.gl/WzdxTw>
5. 潘瑋翔 (2014)。〈龍鬚菜〉。《餐桌上的蔬菜百科：跟著季節吃好菜！聰明採買輕鬆料理的全食材事典》



「有機」一詞相信大家都不會陌生，但你又是否真正接觸過有機產品的源頭——有機農場呢？如果你是一名有機愛好者，不如趁着週末，遠離都市喧囂，帶上家人或約上三五好友，來到這些有機農場，親自收割有機作物，親身品嚐有機蔬果，體驗農耕生活。」



開放時間：星期一至日 (10:00-17:00)
(敬請預約)

地址：新界粉嶺鶴藪DD76 Lot 731

電話：6097 1085

Facebook：Tan Shan

電郵：tanshanorganic@gmail.com

丹山有機

[認證編號：C11024]

一群愛好有機生活的朋友，由零開始在粉嶺創立丹山有機，經營至今初見成果。在出產的蔬菜、水果及香草當中，場主們高度推薦苦瓜（5-9月）、蕃茄（11-4月）和紅菜頭（12-2月）。此外，農場會曬乾或醃製部分作物作為乾貨出售，例如白菜乾、洛神花茶和檸檬乾，以多樣化的作物吸引市民支持本地農業。

除了打造一個有機食物的生產園地，場主們也希望探索農場所處的鄉郊農業社區。農場提供田間體驗及導賞遊，其Facebook專頁亦會分享植物知識、田園美景和以有機蔬菜烹調菜餚的照片，可見他們在推廣農業的努力和貢獻。





開放時間：星期一、二、四（10:00-16:00）
（敬請預約）

地址：新界錦田大江埔村134C

電話：9804 5692

Facebook：樂樂有機農場

電郵：haorgfarm@yahoo.com.hk

樂樂有機農場

[認證編號：C07033]

錦田大江埔村一帶有不少農田，這片青蔥翠綠的田園就是樂樂有機農場。農場主要種植瓜菜和果樹，品種繁多，認證有機作物逾60種。除了農場推介的蕃茄、夏季收成的番石榴、冬季當造的大白菜，場內亦種有冰菜、涼粉草等較為罕見的作物，大家參觀的時候絕對會大開眼界。

2007年農場初獲有機認證，至今已第10年，屬於「老資歷」的有機農場。但原來場主張先生大約廿年前已經開始以有機方式生產，在當時的香港屬極少數，農場更是香港有機農業協會(HOFA)（香港有機生活發展基金（SEED）的前身）創會成員之一，實是香港有機農業的先鋒。張先生開放農場予公眾進行農耕體驗活動，目的是讓來訪者感受到耕種樂趣，並見證這些新鮮、安全的有機蔬果是如何長成，希望吸引市民對本地有機農產的支持。

康苗有機農場

[認證編號：C07027]

場主昌哥自小與家人在大坑耕種，以前在食品公司當電機技術員也是一名假日農夫。九十年代初認識到有機耕作對土地保育、環境保護和人類健康的深遠影響，赫然發現香港農業正邁向終結。為延續香港農業出一份力，昌哥於2003年毅然放棄城市的工作，在錦田大江埔村建立康苗有機農場，成為一名有機農夫。農場為香港有機生活發展基金（SEED）的創會會員，對推動本地有機農業一直不遺餘力。

農場不但是幾十種認證有機蔬菜、水果及香草生產和銷售基地，更提供導賞團、日營，甚至跟環保團體合作在農場內舉辦教育性的活動，向公眾、社區提倡泥土保護及天然防蟲法，展示以可持續方式耕作與生物多樣性對「復甦農業」的重要性。



開放時間：敬請預約
地址：元朗錦田大江埔村99號
電話：2469 3424 / 9740 7910

所有收費或預約活動安排與本中心無關，請直接與農場負責人聯絡及查詢。以上資訊以農場更新為準。

求變創新·與時並進 用「心機」經營農莊

由從前一個豬場，養活一家六口，時至今天，以經營有機農場，緊緊一家人的關係。見證時代變遷，經歷農業模式轉化，唯有不斷創新求變，用「心」默默經營。

自2009年獲得有機認證，有心機農場至今已經營了九年。有心機農場負責人吳炳良先生，與妹妹決定參與政府2006年推出的「豬農自願退還牌照計劃」，把家族的豬場牌照交還政府，並毅然投身有機農業。吳先生主理農業耕種事務，妹妹則負責推廣及宣傳工作；兩兄妹相輔相成，結束家父三十載豬場歷史，卻以另一種模式把祖業承傳。

多元化經營農場 未受氣候影響

從古至今，務農者最大的挑戰，莫過於變幻的天氣。吳先生坦言，近兩年天氣反常太厲害，情況屬數十年來罕見，以致收成不穩，影響作物供應。「早幾年貨源充足時，我們會供應給一些高級餐廳及酒店。但近兩年天氣不穩，因此我們也要暫停合作。」

加上有機耕作不會使用農藥、除蟲劑，難免徒添困難；但卻令每棵菜、每件作物更為珍貴。面對不穩定天氣，農場收入有一定影響，有心機農場亦因此以休閒農業為經營副線，以補貼作物收成欠佳的日子。



採訪當日有一團小學學生到農場參觀。

盼以休閒農業 提升公眾認知

除了收益的考慮，吳先生更希望以休閒農業，讓不同的參觀團體了解本地有機耕作，體會盤中餚得來不易。「現今社會許多學生對食物從何來、如何種植、何謂有機，都未必知曉。但年輕一代有必要認識現時全球面對的糧食短缺問題，而且當他們夏天來參觀時，看到農夫辛勤工作，也能領悟到要珍惜食物。」

有心機農場舉辦的導賞團，每月平均有三百多人參觀，去年最高峰月份更多達一千人。導賞團其中一個最受歡迎的活動，便是以農場的時令產物即席製作的薄餅，身處農場享用新鮮、有機、健康及美味食物別有一番風味。



田間井然有序

致力推廣 展望有機農業普及

現時有心機農場會於農墟擺檔、設網上訂購及定時交貨給餐廳，但要擴充銷售渠道仍有一定困難，市場推廣無疑是他們最大的挑戰。「市民許多時候口說支持有機農業，但卻少以行動表示。我們到農墟擺檔時，只好特意挑選一些特式產品去賣，銷情亦會相對較佳。」

吳先生坦言有感本地有機農業處於停滯狀態，本港年青一代對有機農業欠缺關心。他相信要致力建立農夫的專業形象，引入更多科技元素，才可為行業注入新動力。現時每次到農墟擺檔，吳先生整個大家族亦會出席幫忙，一家人齊心，用「心」把這份堅持傳給下一代。

勇於求變 打造特色農田

剛開始經營有機農場時，吳先生和妹妹已著眼創新念頭，務求與眾不同。「別人種得多的我們便避免種。比如車厘茄，我們會特意於外國找不同的品種、不同的顏色，有綠的、黃的、黑的，以豐富自己田裡的產物。」除了作物的顏色，他們亦會種些「易種得來不是人人能種的」。有心機農場內的有機無花果便是其中一特產。吳先生表示，種植無花果需要用棚，但不是每個農場也有足夠空間，佔地寬廣的有心機農場則擁有如此地利。



溫室內種滿了不同顏色的車厘茄。



吳先生妹妹特意從外國訂購的炭爐，以炮製薄餅。

文：鄭樂文 圖：周卓瑩



健康放在首位， 快樂帶給顧客 ——綠悠悠 有機便利店



吃零食如薯片等得到的可能是瞬間的快樂，但同時往往犧牲了自己的健康。店主謝先生因為過往的親身經歷，而開設綠悠悠有機便利店，希望營造溫暖的氣氛，提供美味的有機食品，將健康、快樂帶給顧客。

謝先生十年前因為工作壓力大，身體狀況差，經常鼻敏感，只好服用醫生處方的抗生素，但是久而久之感覺藥效下降，病發更頻密，而且在手腳和腰部的皮膚更開始有濕疹。謝先生本已不食用奶類製品或其他易致敏的食物，而且每天會吃最少一斤的蔬菜，但仍沒有改善，於是尋求營養師的意見。謝先生發現原因可能是吃了大量噴灑化學農藥的綠葉蔬菜，導致身體累積毒素，免疫力自然大降。其後他開始注重飲食，選擇有機蔬菜，並決定將車賣去，將以往每月花在車上的開支用來養生、閱讀大量關於有機耕作的書籍和進修營養學，更去租了一塊田，當有機農夫。在打理農田的過程中，找回內心平靜的感覺，與大自然更親近。於三年前將興趣轉化成事業，開設綠悠悠有機便利店。



除了支持有機原則，謝先生亦積極參與良心消費運動，希望透過店舖散播公平貿易的訊息，讓顧客明白消費不只是付錢買貨，更需要注重產品生產鏈的公平性。他深信公平貿易的整合理念，能幫助生產者獲得應有的待遇，減少對環境的污染，支持可持續發展。每次有顧客光臨，謝先生不會為了賣出貨品而只顧推銷，而是會像朋友般交談，介紹店舖背後永續發展的理念，讓客人充分了解自己購買的貨品的來源和功效。眼見市場的銷售者和政府沒有著意推廣和教育可持續發展的概念，謝先生希望能負上作為地球公民的責任，為家人、朋友、地球出一分力。



地址：九龍紅磡黃埔花園第9期G1A號舖
開放時間：11:00AM - 9:00PM
Facebook專頁：
<https://www.facebook.com/GreenfieldOrganicHK/>

文：周焯樂 ■ 圖：受訪者提供

2017綠色有機健康跑暨嘉年華

由香港浸會大學香港有機資源中心（中心）主辦、美國安利（香港）日用品有限公司贊助的第十三屆「綠色有機健康跑」於2017年11月12日在香港體育學院舉行，並已完滿結束。本年度的主題為「有機·永續生物資源」，本中心冀透過活動讓市民認識生物資源，學習永續生活知識，享受有機健康的綠色人生。本屆綠色有機健康跑邀請了美國安利（香港）日用品有限公司香港區總經理陳呂淑琮

女士、環境局局長黃錦星GBS, JP、沙田區議會主席何厚祥BBS, MH、立法會議員葛珮帆JP、香港浸會大學副校長（研究及拓展）黃偉國教授、香港有機資源中心監督委員會主席梁劉柔芬GBS, JP及香港有機資源中心總監黃煥忠教授MH, JP擔任主禮嘉賓。是次活動吸引了逾2,500名來自31間學校的學生及公眾人士齊來參與這項綠色盛事。

運動競技與綠色有機嘉年華

為鼓勵參加者培養多運動的良好健康習慣，今年的運動項目除了設有精英組八公里賽跑及公開組六公里健康跑（不設計時）外，亦新設「五項全能隊制競技比賽」，包括跳繩、跳遠、足球飛鏢和拔河等環節，參加者以隊制形式競逐殊榮，從而提升團隊精神。八公里精英跑及五項全能賽均設有冠、亞、季軍，優勝者獲頒精美獎座及Amway禮品包。

一如以往，是次綠色有機嘉年華設有派發有機菜苗、製作有機香草包、「瀕危動物認清D」、「可持續海鮮 Big Ball Pong」等多項環繞生物多樣性的工作坊和攤位遊戲，鼓勵全民運動之餘，亦可提升市民實踐有機理念、保護生態環境及與其他物種共存的意識。



一眾主禮嘉賓為活動主持開幕禮，並帶領逾千名參加者起跑，為健兒打打氣。

2017綠色有機健康跑得獎名單

精英組八公里賽跑		
	男子組	女子組
15-19歲組別冠軍	FUNG, Yu Wo	KO, Ka Ching
20-29歲組別冠軍	WONG, Long Hei	Coco CHOI, Pui Yan
30-39歲組別冠軍	Bryan LEE	Fion CHAU
40歲或以上歲組別冠軍	LAI, Wai Sing	WONG, Sau Lin
最長綠色里程獎		
冠軍	九龍塘學校(中學部)	
亞軍	妙法寺劉金龍中學	
季軍	香港四邑商工總會黃棣珊紀念中學	
五項全能隊制競技比賽		
	學校組	公眾組
冠軍	聖公會聖本德中學	BodyFit 陽光戰隊
亞軍	香港道教聯合會圓玄學院第一中學	HY United
季軍	嶺南大學	Team 2
卓越表現獎	聖公會聖本德中學、 香港道教聯合會圓玄學院第一中學	Sammy Fit Fit、仲有啲橙皮TEAM、 Body Fit 陽光戰隊、HY United
綠色精英學校大獎		
中華基督教會蒙民偉書院	九龍塘學校(中學部)	曾壁山中學

台灣有機農業考察團

2017年12月，本中心、生物資源與農業研究所與明道大學精緻農業學系合辦台灣有機農業考察團，帶領認證有機農場農友、有機零售商、委員會成員及政府代表等超過40位團友參觀多個景點，包括慈心有機驗證股份有限公司、台灣主婦聯盟生活消費合作社、明道大學精緻農業系、合樸農學市集及有機農場等。

台灣有機農業政策及認證系統

台灣有機農業栽培技術發展已逾20年。自2009年開始，當地政府更將「有機農業」訂為主要農業政策施政方向，積極制定相關法規，同時對有機農產品實施強制雙標章制，即產品須同時印上政府的CAS有機農產品標章及驗證機構所頒發的標章。

台灣主婦聯盟生活消費合作社

合作社創立於1993年，鼓勵社員團購環保、健康、安全的生活必需品，推廣綠色及可持續生活。合作社銷售的蔬菜須以有機方式栽培，包裝上會印上農場資料，提供渠道讓消費者跟農友直接溝通，建立聯繫，因此部分考察團團友希望以台灣的模式在香港經營類似的合作社。



團友到訪合樸農學市集及親嚐在地有機食物，表現興奮。

明道大學精緻農業系

位處俗稱「台灣米倉」的農業重鎮——彰化縣，明道大學擔當著培育台灣新一代農業專才的角色，其精緻農業學系擁有佔地共14公頃的果園、有機農場及溫網室，提供進修津貼及在職培訓予有志投身有機農業的青年。大部分團友認為香港應參照台灣，開設完整的農業教育課程。對此，黃煥忠教授表示生物資源與農業研究所正考慮開辦不同的遙距課程，甚至全港首個農業學士學位課程，以培訓人才。

是次考察團令團友認識到台灣的農業資源、認證系統及農業政策，亦增強本港有機產業從業者之間的聯繫，有助促成合作機會，推動本港有機產業的發展。



明道大學精緻農業學系副教授兼陳中果園主任陳中博士向團友送贈其果園出產的有機柿，團友表現雀躍萬分。



黃煥忠教授及向日有機農場負責人許有勝先生向團友分享如何藉有機農業向社弱勢社群表達關懷。



城南有機農場職員向團友詳細解釋不同的培苗技術及其注意事項，團友均表示對此十分感興趣。

「可持續資源館」 (S Gallery)

2017年，本中心於香港浸會大學成立本港首間生物資源與農業研究所，除了籌辦校園有機耕種計劃和夏令營等公眾教育計劃外，亦在浸大校園內開設「可持續資源館」（Sustainability Gallery，簡稱S Gallery），藉以增進公眾對生物資源和有機農業的認識，並鼓勵實踐可持續生活。S Gallery將於今年下旬正式開放予公眾參觀（需預約），敬請密切留意本中心網頁及Facebook專頁公佈之最新消息。



S Gallery的背景概念是2300年的人類因地球環境惡劣而逼於無奈離開地球，於一個漂浮於太空的母艦上生活。參觀者將被設定為在未來被挑選回歸地球的太空人，他們會於總佔地2千平方呎的4個展區：「穿梭時空」、「探索資源」、「耕出未來」及「可持續生活」中進行訓練。

展館設有180°全景屏幕，配合4D多媒體影視，帶領參觀者穿越時空重返21世紀慘遭人類破壞的末日之境的地球，及運用了擴增實境（AR）及虛擬實境（VR）技術，增添展覽與參觀者的互動性。S Gallery亦設有小實驗、環保手作工作坊等，讓參觀者學習可持續生活的小習慣。

*電腦模擬圖，僅供參考。



「優質有機零售商」計劃暨 「至TOP有機零售商」選舉2018

根據本中心的有機消費行為調查推算，2016年香港家庭於有機食品的消费總額高達64億港元，較2015年增長超過7億港元，可見有機產品逐漸被大眾接受；然而本港未有立法監管「有機」字眼的使用，仍不少不良商家利用「天然」、「不含基因改造成分」等標籤冒充有機產品。

為增加消費者購買「有機認證產品」的信心，本中心第六年舉辦「優質有機零售商」計劃，參考歐美有機商店營運標準，以採購、儲存、包裝及標籤說明、展示、銷售及員工培訓六個範疇對參選零售商進行評審，嘉許符合標準之零售商，促進本地有機零售業走向規範化及專業化。歷屆獲此嘉許的本地有機零售商總數至今有近70間，於業界及市民心目中已獲得一定認受性。

本年度的實地評核正在進行中，而「至TOP有機零售商」選舉亦將於今年4月底接受公眾投票，結果於6月中的頒獎禮公佈，請留意本中心網頁的更新！



市民只需認住「優質有機零售商」的「Q嘜」就可以買到真正有機產品。

文：葉靜怡、高施駿、梁峻璋、鄭樂文

分流生產是什麼？

不知大家有否聽過分流生產？其實，分流生產是指農場只有一部分運作是以有機方法管理，其他部分則以非有機（即常規、非認證有機或有機轉型）模式管理。香港有機資源中心認證有限公司對進行分流生產的認證農場有嚴格要求，包括在農場範圍內，所有非認證有機田區或常規田區與認證有機田區使用的工具必須分開，以確保有機田區不受污染。



另外，農場範圍內亦不可種植基因改造的生物。農場範圍不但包括認證有機田區，還包括場內的常規田區、非認證有機田區、有機轉型田區或緩衝區。簡單而言，即農場內申請單位管理的所有田區。以木瓜為例，有機農場不能夠自行從場內母株自行育苗。所有木瓜苗亦必須來自指定來源，否則必須通過化驗才能種植，以確保場內木瓜不受基因改造污染。

最後，除非在外觀（多指顏色和形狀等容易分辨的特徵）上可以分辨，進行分流生產的農場不可在有機和非有機生產區（包括轉型生產區）種植同種的作物。即使是相同品種，處於不同的生長階段亦不容許。舉例，生長20天的菜心和生長60天的菜心不能同時栽種於同一農場內的有機和非有機生產區。

知道這些對認證農場的嚴格要求後，相信作為消費者的你會對經本公司認證的有機農產品增添多一份信心。

文：朱敬康

有機認證單位

截至2018年2月9日，獲香港有機資源中心認證有限公司有機認證單位名冊如下：

IFOAM 認可標準

作物生產

認證號碼	類型	單位名稱	認證作物或產品類型	面積 (平方米)	認證有效期 (年/月/日)
C04001	有機	新生農場	蔬菜-水果-香草	15,378.00	2018/12/28
C05002	有機	「錦記」農場	蔬菜-水果	4,056.00	2018/08/09
C05005	有機	「青坪」農場	蔬菜-水果-香草	3,650.40	2018/10/20
C05007	有機	「珍記」農場	蔬菜-水果-香草	4,056.00	2018/09/06
C05008	有機	「良記」健康有機農場	蔬菜-水果-香草	13,013.00	2018/09/06
C05015	有機	「高作」有機農場	蔬菜-水果	6,084.00	2018/04/13
C05016	有機	「吳助」農場	蔬菜-水果	1,352.00	2018/09/06
C05017	有機	大龍有機農場	蔬菜-水果-香草-種苗	39,943.00	2018/12/28
C05018	有機	菜聯社林村有機農場	蔬菜-水果-香草-種苗	4,056.00	2018/08/26
C05021	有機	「日豐」有機農場	蔬菜-水果-香草	5,408.00	2018/05/16
C05022	有機	大眾有機生態園	蔬菜-水果	140,000.00	2018/08/08
C06001	有機	健康桃源	蔬菜-水果-香草	12,487.50	2018/03/31
C06005	有機	本地菜園	蔬菜-水果-香草	6,422.00	2018/12/05
C07002	有機	「吳全」農場	蔬菜-水果-香草	3,037.50	2018/05/03
C07006	有機	有機樂士	蔬菜-水果-香草	3,380.00	2018/05/03
C07007	有機	壹錫有機作物	蔬菜-水果-香草	2,704.00	2018/08/14
C07009	有機	女姐有機農場	蔬菜-水果	4,596.80	2018/08/14
C07011	有機	陳氏有機農場	蔬菜-水果-香草	3,915.00	2018/11/25
C07013	有機	鄧雲香有機農場	蔬菜-水果	4,050.00	2018/08/14
C07016	有機	「曾號」農場	蔬菜-水果-香草	2,163.20	2018/08/14
C07019	有機	「來記」農場	蔬菜-水果-香草	1,687.50	2018/11/25
C07023	有機	「吳銀」有機農場	蔬菜-水果-香草	2,906.80	2019/02/28
C07024	有機	華記有機農場	蔬菜-水果-香草	8,112.00	2018/11/25
C07025	轉型中	健康有機農場	蔬菜-水果-香草	8,788.00	2018/06/28

C07026	有機	客家佬有機農場	休耕	541.00	2018/02/27
C07027	有機	康苗有機農場	蔬菜-水果-香草	10,140.00	2018/05/05
C07028	有機	「琴姐」有機農場	蔬菜-水果-香草	5,408.00	2018/07/09
C07029	有機	明園農場	蔬菜-水果-香草	6,750.00	2018/09/15
C07030	有機	幽柔農莊	蔬菜-水果-香草	4,732.00	2019/02/27
C07031	有機	小狗阿康有機農場	蔬菜-水果-香草	4,732.00	2018/07/20
C07033	有機	樂樂有機農場	蔬菜-水果-香草	4,394.00	2018/02/28
C07036	有機	我地農莊	蔬菜-水果-香草	10,140.00	2018/07/16
C08002	有機	吳村有機農場	蔬菜-水果-香草	10,140.00	2018/04/24
C08003	有機	檸檬農夫	蔬菜-水果-香草	1,600.00	2019/01/23
C08004	有機	歐羅有機農場	蔬菜-水果-香草	8,112.00	2018/08/14
C08006	有機	匡智有機農場	蔬菜-水果-香草	1,352.00	2019/02/11
C08007	有機	樂田園有機農場	蔬菜-水果-香草	5,476.00	2019/01/31
C08010	有機	頤豐農場	蔬菜-水果	3,042.00	2018/11/01
C09001	有機	有心機	蔬菜-水果-香草	20,280.00	2018/07/09
C09002	有機	發記有機耕種農場	蔬菜-水果-香草	7,436.00	2018/11/10
C09004	轉型中	新生園有機農莊	蔬菜-香草	318.00	2018/02/25
C09007	有機	蓮澳農場	蔬菜-香草	6,286.80	2018/09/06
C09008	有機	金記農場	蔬菜-水果-香草	5,737.50	2019/03/11
C09009	有機	才興農場	蔬菜-水果-香草	2,366.00	2018/08/30
C09011	有機	明愛城市農夫有機農場	蔬菜-香草	1,687.50	2018/09/11
C09012	有機	蓮花園有機農莊	蔬菜-水果-香草	10,140.00	2018/04/16
C09014	有機	嘉建蔬果場	蔬菜-水果-香草	6,760.00	2018/04/02
C09015	有機	振生園有機農場	蔬菜-水果-香草	7,436.00	2018/03/11
C09016	有機	大眼仔有機農場	蔬菜-水果-香草	3,380.00	2018/08/01



C09017	有機	基督教以琳扶植培訓有機農場	蔬菜、水果、香草	4,732.00	2018/04/29
C10001	有機	東涌綠機田	蔬菜、水果、香草	1,078.00	2018/06/16
C10005	有機	有華有機農場	蔬菜、水果、香草	7,774.00	2018/07/05
C10007	有機	樂活有機農莊	蔬菜、水果、香草	13,500.00	2018/10/12
C10011	有機	牛牛有機農莊	蔬菜、水果、香草	2,028.00	2018/10/08
C10013	有機	有機類農莊	蔬菜、水果、香草	2,028.00	2018/07/01
C10014	有機	文記	蔬菜、水果、香草	1,690.00	2018/07/01
C10017	有機	綠葉農場	蔬菜	676.00	2018/05/23
C10020	轉型中	富琴有機龍果生態農莊	蔬菜、水果、香草	13,520.00	2018/08/31
C10022	有機	加力農場	蔬菜、水果、香草	5,137.60	2018/04/12
C11002	有機、轉型中	清新地有機悠閒莊園	蔬菜、水果、香草	7,233.20	2018/09/06
C11006	有機	Andy's Farm	蔬菜、水果、香草	1,684.50	2018/11/07
C11007	有機	有機羅	蔬菜、水果	796.50	2018/07/06
C11012	有機	應許地有機耕種	蔬菜、水果、香草	1,228.50	2018/05/01
C11014	有機	杉山農場	蔬菜、水果、香草	12,844.00	2019/02/12
C11016	有機	永霖休閒農莊	蔬菜、水果、香草	9,464.00	2018/05/22
C11017	有機	滿記有機農場	蔬菜、水果	3,211.00	2019/03/01
C11019	有機	機緣巧合有機農莊	蔬菜、水果、香草	3,380.00	2019/01/02
C11020	有機	天下倉有機種植坊	蔬菜、水果	3,515.20	2018/08/06
C11024	有機	丹山有機	蔬菜、水果、香草	3,042.00	2018/06/01
C11025	有機	仁農莊	蔬菜、水果、香草	5,408.00	2018/09/16
C11026	有機	高山名菜	蔬菜、水果、香草	2,136.10	2018/05/23
C12002	有機	豐盛有機農莊	蔬菜	800.00	2018/11/30
C12003	有機	王支農場	蔬菜、水果	2,366.00	2018/09/19
C12004	有機	有機作物	蔬菜、水果、香草	3,380.00	2018/09/13
C12005	有機	綠色園地	蔬菜、水果、香草	2,704.00	2018/02/27
C12006	轉型中	香港有機農場	蔬菜、水果、香草	3,718.00	2018/07/01
C12010	有機	七星崗文采山莊	蔬菜、水果、香草	3,920.80	2018/11/28
C12011	有機	俊君有機農場	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/12/23
C12002	有機、轉型中	天澤有機農場	蔬菜、水果	11,138.10	2018/12/17
C12016	有機	木子有機農場	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/04/03
C12017	有機	黎記有機農場	蔬菜、水果、香草	4,657.50	2018/06/26
C12018	有機	小牛農莊	蔬菜、水果、香草	5,408.00	2018/07/01
C13001	有機	翠翠樂園	蔬菜、水果、香草	1,149.20	2018/05/01
C13002	有機	菜園農業先鋒田	蔬菜、水果、香草	6,084.00	2018/07/18
C13005	有機	蘭姑農場	蔬菜、水果、香草	1,825.00	2018/10/17
C13006	有機	林太有機農場	蔬菜、水果	3,211.00	2018/09/08
C13009	有機	綠油莎蓮娜有機蔬菜田園	蔬菜、水果	3,380.00	2018/10/17
C13010	轉型中	清潭農場	蔬菜、水果	5,931.00	2019/06/14
C13012	有機	孖記農場	蔬菜、水果、香草	11,965.20	2018/12/16
C13013	有機	籽草源	蔬菜、水果、香草	8,788.00	2018/11/25
C13015	有機	趣味蔬香發展有限公司	蔬菜、水果	11,492.00	2018/11/19
C13016	有機	科悠農場	蔬菜、水果、香草	1,622.40	2019/03/04
C13017	有機	流浮山優質有機種植場(營之源)科技	蔬菜、水果、香草	676.00	2018/06/22
C13018	有機	金滿記有機農場	蔬菜、水果、香草	6,760.00	2019/01/16
C13020	有機	暉傑有機農場	蔬菜、水果、香草	3,380.00	2018/03/04
C13022	有機	歡營農場	蔬菜、水果、香草	2,704.00	2018/04/13
C13023	有機	綠色家園	蔬菜、水果、香草	3,380.00	2018/04/13
C13024	有機	好有機	蔬菜、水果	5,408.00	2018/04/06
C13025	有機	藍妹有機農莊	蔬菜、水果、香草	8,406.00	2018/11/06
C14001	有機	瑪姬休閒農莊	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/05/13
C14003	有機	保良局陳守仁小學有機園圃	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/04/11
C14004	有機	來哥有機農場	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/12/11
C14005	有機	農家扎記	蔬菜、水果	2,704.00	2018/09/11
C14006	有機	樂峰有機農莊	蔬菜、水果、香草	7,165.60	2018/07/27
C14007	有機	明記有機農場	蔬菜、水果、香草	2,028.00	2018/11/13
C14009	轉型中	261有機農場	蔬菜、水果、香草	13,250.00	2018/09/11
C14011	有機	山林農場	蔬菜、水果、香草	2,704.00	2018/08/25
C14012	有機、有機(轉型)	Dragontail Farm Limited	蔬菜、水果、香草	3,353.00	2018/01/26
C14013	有機	Fonley Organic & Friends	蔬菜、水果、香草	1,014.00	2018/09/30
C14014	有機	28號農場	蔬菜、水果、香草	9,300.00	2018/07/31
C14017	有機	三寶樹農莊	蔬菜	2,820.00	2018/08/08
C14018	有機	才記農場	蔬菜、水果、香草	860.00	2019/01/26
C14019	有機	川川有機	蔬菜、水果、香草	3,718.00	2019/01/15
C14020	有機	香港宏裕有機農場	蔬菜、水果	8,112.00	2018/12/31
C14023	有機	大嶼山優質農場	蔬菜、水果、香草	1,622.40	2018/03/30
C14025	有機	恩福有機農場	蔬菜、水果、香草	7,436.00	2018/04/30
C14026	有機	環園有機農場	蔬菜、水果、香草	1,000.00	2018/06/08
C14027	有機	黎順有機農莊	蔬菜、水果、香草	5,771.00	2018/06/23
C15005	有機	Mikki Organic Farm (HK)	蔬菜	2,028.00	2018/11/22
C15007	有機	龍山農莊	蔬菜	515.00	2018/02/28
C15009	有機	南野休閒農莊	蔬菜、水果、香草	2,028.00	2018/03/09
C15011	有機	自然農莊	蔬菜、水果	6,396.00	2018/03/31

C15012	有機	港生有機農莊	蔬菜、水果、香草	1,745.50	2018/05/10
C15013	有機	富才園藝有限公司	蔬菜、水果、香草	21,009.20	2018/08/09
C15016	有機(轉型)	香港秀明自然農法協會農莊	蔬菜、香草	4,851.00	2018/11/30
C15101	有機	宏瀚國際(香港)有限公司	食用菌類	1,362.00	2018/08/14
C16001	有機(轉型)	顧園	蔬菜、水果	1,352.00	2018/07/10
C16002	有機	華園農場	蔬菜、水果、香草	6,760.00	2018/09/08
C16003	轉型中	心怡有機農莊	蔬菜、水果、香草	6,781.50	2018/03/12
C16004	有機(轉型)	轟氏有機農場	蔬菜、水果、香草	5,746.00	2018/07/31
C16007	有機	濼田	蔬菜	2,700.00	2018/10/31
C16008	有機	香港農業大埔林村有機農場	蔬菜	254.40	2019/01/24
C16009	轉型中	大樓隧道轉車站農場	蔬菜、水果、香草	700.00	2018/03/06
C16010	有機	新時代有機農場	蔬菜、水果、香草	3,476.50	2018/04/02
C16011	有機(轉型)	余秋明農場	蔬菜、水果、香草	4,323.90	2018/05/12
C16012	有機	香港青年協會有機農莊	蔬菜、水果、香草	10,140.00	2018/06/15
C16013	轉型中	溢甜農莊	蔬菜、水果、香草	2,675.30	2018/04/18
C16014	轉型中	偉平農場	蔬菜、水果、香草	2,194.80	2018/05/12
C16015	轉型中	世外田園	蔬菜、水果、香草	3,245.00	2018/03/31
C16016	轉型中	菜天使有機農場	蔬菜、水果、香草	4,047.00	2018/04/23
C16017	轉型中	亮記農場	蔬菜、水果、香草	2,028.00	2018/07/26
C16019	轉型中	光榮農莊	蔬菜、水果	7,840.00	2018/03/12
C16021	轉型中	好家庭菜園	蔬菜、水果、香草	676.00	2018/07/06
C17001	轉型中	棠記農場	蔬菜	844.00	2018/04/09
C17002	轉型中	甘和農場	蔬菜、水果	2,716.00	2018/08/30
C17004	轉型中	ABC有機農場	蔬菜、水果、香草	1,352.00	2018/09/26
C17005	轉型中	浩言有機農場	蔬菜、水果、香草	2,037.00	2018/08/20
C17006	轉型中	蓋亞有機農場	蔬菜、水果、香草	4,716.00	2018/12/15

水產養殖

認證號碼	類型	單位名稱	認證作物或產品類型	面積(平方米)	認證有效期(年/月/日)
A11001	有機	二妹優質魚場	寶石魚	2,548.00	2019/02/12
A13001	有機(轉型)	鴻日魚場	寶石魚、鮭魚、白鯧魚、羅非魚	3,020.00	2018/06/26
A14001	有機	華園農場	寶石魚、鮭魚、大頭魚、鯪魚、鯽魚	18,605.00	2018/06/26
A14002	有機	珍寶寶石魚養殖場	寶石魚	131.00	2018/06/26
A14004	有機(轉型)	富琴有機龍果生態農莊	寶石魚	1,393.00	2018/08/31
A14006	有機	匯河魚塘	寶石魚、鮭魚、大頭魚、羅氏蝦、福壽魚	2,793.00	2018/06/26
A16001	有機	自然農莊	鮭魚、鯪魚、鯉魚、鯽魚、福壽魚、寶石魚	808.00	2018/12/31
A16002	有機	顧園	鮭魚	140.00	2018/08/14
A16004	有機	家盈魚菜共生有限公司	寶石魚、羅非魚	12.00	2018/07/14
A17001	有機(轉型)	逢吉鄉三軍漁場	寶石魚、太陽魚、羅氏蝦、鯪魚、大頭魚、禾花魚	4,698.00	2018/12/15

加工處理

認證號碼	類型	單位名稱	認證作物或產品類型	面積(平方米)	認證有效期(年/月/日)
P05001	有機、有機(轉型)	蔬菜統營處	蔬果(處理及包裝)(轉型及有機)	333.00	2018/11/13
P07005	有機	香港新豐天然健康食品有限公司	認證產品: 金燕牌及WellBeing 360: 糊粉類、五穀雜糧 認證產品(含有機成分): 合桃黑芝麻霜(含有機成分)、首烏黑芝麻霜(含有機成分)	310.00	2019/01/08
P12002	有機、有機(轉型)	魚類統營處	寶石魚(處理及包裝)(轉型及有機)	755.00	2018/05/31
P15002	有機、有機(轉型)	莎蓮娜企業有限公司	蔬果(處理及包裝)(轉型及有機)	95.00	2018/11/15
P15003	有機	日清食品有限公司	水餃(生產及包裝)(含有機成分)	5,574.00	2018/02/14
P16003	有機	悅和醬園有限公司	豉油(生產及包裝)(有機)	2,787.00	2019/01/23
P17001	有機	茶研有機產品有限公司	花草茶葉(處理及包裝)(有機)	6.75	2019/01/21

非IFOAM 認可標準

作物生產

認證號碼	類型	單位名稱	認證作物或產品類型	面積(平方米)	認證有效期(年/月/日)
OC04001	有機	新生農場	金頂刺耳、秀珍菇、平菇	12,270.00	2019/01/20
OC05005	有機	「青坪」農場	白蘑菇、啡蘑菇	27.87	2018/07/11
OC05017	有機	大龍有機農場	冬菇、杏鮑菇	10.00	2019/02/09
OC05022	有機	大棠有機園有限公司	杏鮑菇、茶樹菇、冬菇	450.00	2018/08/08
OC09001	有機	有心機	白蘑菇	200.00	2018/04/05
OC10010	有機	菇菌園	平菇、秀珍菇、靈芝	1,700.00	2019/01/04

*資料以網站更新為準，有關認證單位的詳細資料及聯絡方法，請瀏覽公司網站www.hkorc-cert.org

認住呢個



健康又有益



「食農教育」講座

國立臺灣師範大學葉欣誠教授分享於台灣透過食物教育，向公眾講解農耕如何影響生物多樣性的經驗。



樂活博覽及亞洲素食展2018

博覽吸引了不少天然及有機食品的支持者及素食者參加，中心亦藉此宣傳有機認證的重要性。



本地漁農美食嘉年華2018

中心攤位透過互動遊戲、教育展板，向市民介紹本地有機漁農業運作，以推廣本地有機漁農發展。



台灣有機農業考察團2017分享會

團友代表分享考察團的所見所聞，望以此啟發探討香港有機農業未來的發展方向。



香港有機資源中心
HONG KONG ORGANIC RESOURCE CENTRE

本中心將致力提高本地農民、消費者及市民大眾對有機作物及產品認證的認識，並努力推動可持續發展有機農業，藉此確保香港市民享受到安全和優質的食物，為下一代締造一個生態平衡的生活環境。



f 香港有機資源中心