



GREEN SANDPIPER

望原生態米

在米粒中嘗出環保
在禾稻間細觀生態



農村文化



ARDEID SPP.

GALLINAGO SP.



讓稻田保育濕地生態

水稻田生機處處，蟲、蛙、鳥.....多樣的濕地生物應有盡有。復育望原水稻，重建了已消失幾十年的本土稻田濕地生態系統，豐富的物種同時穩定了生態系統平衡，為水稻提供更健康理想的生長環境。



YELLOW WAGTAIL

100%
本地出產



最佳食用期限：
製造日期後一年(未開封)。

生產期號：
Batch No.

製造日期：
Date of production

開封後應盡快食用，及放入雪櫃儲藏。

營養成分 (每100克) Nutrition Facts (per 100g)

能量Energy	352.4kcal/100g
蛋白質Protein	8.3g/100g
碳水化合物Carbohydrate	71.5g/100g
糖Sugar	0.66g/100g
膳食纖維Dietary fiber	3.6g/100g
總脂肪Total Fat	3.7g/100g
飽和脂肪Saturated Fat	0.9g/100g
反式脂肪Trans Fat	0 mg/100g
鈉Sodium	0 mg/100g



長春社監督
望原生態農社生產

~ 地址 ~
香港九龍青山道476號
百佳商業中心102室

~ 網址 ~
www.cahk.org.hk/lvecopaddy.htm

油粘

● 糙米 ● 胚芽米
淨重1公斤



COMMON KINGFISHER

CHINESE BULLFROG



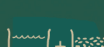
YELLOW-BREASTED BUNTING



CRANE AND RAIL



洗米：把米洗淨，用手輕搓，使米更易吸水。



浸泡：以1:1份量加水先浸約20分鐘。(糙米約1小時)



炊煮：首次吃糙米建議以1:3糙、白米比例炊煮，之後再自行調節分量。



開飯！

SPOTTED NARROW-MOUTHED FROG



GUNTHER'S FROG



BROWN TREE FROG



BLACK-FACED SPOONBILL



GREATER PAINTED SNIPE

