

# 「下營區黑豆產業高值化發展計畫」教育訓練系列(八)

## - 優質黑豆生產、利用及營養價值

養生不可無豆，黑豆自古被視為醫食具佳的保健養生食品，其蛋白質為完全蛋白質，含 9 種必需胺基酸，與穀類同食，可提高蛋白質利用效率。脂肪多以不飽和脂肪酸為主，富含卵磷脂，維生素 A、B、E、礦物質、微量元素及食物纖維含有豐富。黑豆亦含有多種抗氧化劑，其中異黃酮的相關研究很多。大豆異黃酮為植物性雌激素，具有緩解更年期症狀、對心血管亦有保護作用。消費者可以簡單料理作為養生食材，亦適合生技業者開發養生保健產品。

臺南市政府經濟發展局為力求下營區一二三級黑豆產業的整合，不僅發展以「黑豆」為主題的高值化商品，同時也希望透過優質的課程傳授黑豆相關知識、培育在地人才、以利積極推廣、發展黑豆產業。本次課程將邀請行政院農業委員會臺南區農業改良場吳昭慧副研究員，帶領大家生產優質黑豆，提高下營區黑豆品質，並介紹消費者容易操作之簡單料理及利用，以及黑豆營養價值，提供生技業者開發產品之訊息。歡迎對優質黑豆生產有興趣之農民、重視養生保健或關心在地產業之消費者，以及對生技領域有興趣者參加。

### 活動流程 |

時 間	講 題	講 師
13.:30-14:30	優質黑豆生產	行政院農業委員會臺南區農業改良場 吳昭慧副研究員
14:30-15:10	黑豆養生料理及利用	
15:10-15:20	休息交流	
15:20-16:10	黑豆營養價值及產品開發	行政院農業委員會臺南區農業改良場 吳昭慧副研究員
16:10-16:30	結論/Q&A	
16:30-	賦歸	

時 間 | 2014.9.2(二) 13:30-16:30

地 點 | 台南市下營區中山路一段 170 號 2 樓(下營區公所二樓會議室)。

(交通方式詳見附件頁)

對 象 | 下營區黑豆生產與推廣業者、對養生保健和在地產業感興趣者

參加方式 | 本活動全程免費，請用填寫申請表用「傳真」或「E-mail」方式報名。

聯絡方式 | 傳真 06-5113506 / E-mail : rita.zf.chang@gmail.com

報名截止 | 2014.8.26(二)，活動採登記報名，名額有限，請多包涵。

主辦單位 | 經濟部中小企業處、臺南市政府經濟發展局

執行單位 | 財團法人台南市創新技術服務基金會

協辦單位 | 下營區公所、下營區農會、下營商圈文化觀光促進會

相關課程訊息請上：

本會報名網站 <http://www.itst.org.tw/class.php> 或洽財團法人台南市創新技術服務基金會/

張小姐 06-510-3233 / 06-5112549 / 0921784056

## 活動地點

