

# 有機洛神葵飲品



圖 / 文 陳進分

## 前言

洛神葵別名洛神花，屬錦葵科，廣泛栽培於南北半球之熱帶及亞熱帶地區，在臺灣主要栽培於東部地區，為臺東地區重要的特色作物，以金峰鄉、太麻里鄉、臺東市、卑南鄉等為主要產區(圖 1、圖 2)。其果萼主要做為蜜餞、果醬等加工食用或泡茶，加工產品為遊客喜愛之優良伴手禮 (圖 3、圖 4)。



圖 1、臺東地區有機洛神葵栽培田



圖 2、洛神葵果實



圖 3、洛神葵鮮果萼



圖 4、洛神葵加工產品

## 洛神葵功效

洛神葵的果萼有食用、保健用之價值。依據中山醫學大學生化研究所王所長朝鐘之團隊所進行研究，經動物實驗證實可降低血中三酸甘油脂，對大鼠可降低血清中 GOT、GPT 值(Chen et al. 2004)。其保健功效之相關成分為類黃酮素，總多酚及花青素等，經某科技公司研發成洛神花保健膠囊(陳，2004)，並獲衛署健食字第 A00034 號及第 A00046 號許可證。准許販售(衛生署網站資料)。Tee 等人(2002)研究指出洛神葵是天然抗氧化物之來源，可保護身體避免自由基之危害，這些成份包括  $\beta$  胡蘿蔔素、酚類化合物，特別是花青素。Tsai 等人(2002)指出洛神葵萃取物中主要之抗氧化物為花青素。曾(1995)之研究指出洛神葵之粗萃取物中含原兒茶酸之成

分，實驗顯示原兒茶酸具有抑制氧化性傷害所造成之肝毒性及基因毒性，此作用可能與其消去自由基之能力有關。

## 有機洛神葵飲品調製方法

洛神葵果萼成分對人體有諸多好處，平時可食用適量之洛神葵飲品來保健我們的身體，以下推薦 3 種配方以供讀者參考：

### 一、原味配方

#### 1. 1 人份

取有機栽培，經挑選洗滌之新鮮果萼 3-5 個(25-40 公克)或乾果萼(2.5-4.0 公克)，加水 500C.C.煮開 10 分鐘後加入適量約 15~30 公克手工黑糖(圖 5)或冰糖(圖 6)，放涼或溫後飲用，煮過之果萼也可食用(圖 7、圖 8)。

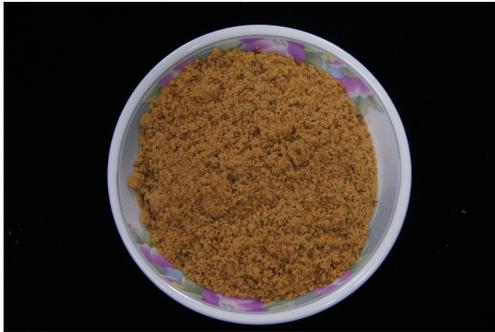


圖 5、手工黑糖



圖 6、冰糖



圖 7、洛神葵手工黑糖飲



圖 8、洛神葵冰糖飲

#### 2. 多人份

開會、講習，需供至少 30~50 人份飲用者，取有機栽培，經挑選洗滌之新鮮果萼 1 公斤(乾果萼 150~200 公克)，加水 30 公升，煮開 10 分鐘後將果萼濾除，然後加入有機砂糖或冰糖約 600 公克，再煮開 5 分鐘後，裝入不鏽鋼茶桶中，置會議室或講習會場中以供參加人員飲用。或放涼至常溫後裝入不鏽鋼茶桶中，置 5°C 冷藏櫃中貯存備用(勿超過 3 天)。

### 二、補氣配方

#### 1. 1 人份

取有機紅棗 1~3 個(圖 9)，用刀子將果皮劃開 4-5 道，加水 500C.C.煮開 5 分鐘後，再以原味配方之步驟進行(圖 10)。



圖 9、有機紅棗



圖 10、洛神葵紅棗飲

## 2. 多人份

取有機紅棗 300 公克，用刀子將果皮劃開 4-5 道，放入電鍋中蒸熟 5 分鐘，再以原味配方之步驟進行。

## 三、生津配方

### 1. 1 人份

取有機栽培之新鮮果萼或乾果萼 3-5 個，有機梅子 1 個，再以原味配方之步驟進行。



圖 11、有機梅子



圖 12、洛神葵梅子飲

## 2. 多人份

取有機栽培之新鮮果萼公斤或乾果萼 150-200 公克，有機梅子 40-50 個，再以原味配方之步驟進行。

## 結語

洛神葵果萼含有保健成分，可研發相關之保健機能性產品，有機洛神葵多元化產品，可提高農產品附加價值。本場在洛神葵有機栽培技術、新品種之育成及相關產品之研發均有顯著之成果，期待洛神葵產業在本區能更加蓬勃發展，農友能獲得更佳之利潤。