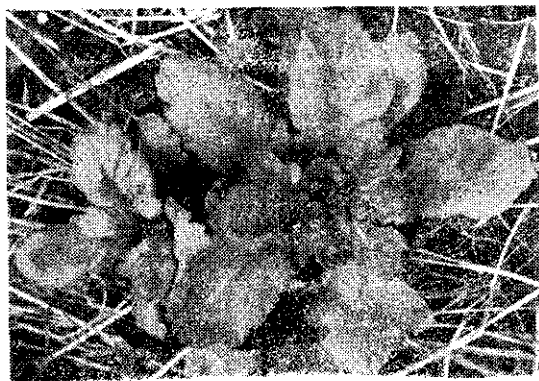


# 茼蒿

陳培昌



茼蒿的原產地被認為在地中海沿岸地區，在早期的記載，無論在歐洲、熱帶亞洲都找不出將茼蒿當作蔬菜栽培的記錄。

茼蒿是亞洲特有的蔬菜，在我國茼蒿的最早記載是“嘉祐本草”（1057年），可知在800年以前已有栽培，但它的來源沒有記載可證。日本的茼蒿約在350~400年前由我國傳入。

## 種類及分佈

有深缺刻的小葉種，及淺缺刻與全緣的大葉型的圓葉種。大型的圓葉種的染色體是4倍體。

茼蒿在我國、日本，栽培很普遍，在印度早已栽培。泰國、菲律賓、星馬與印尼等地也有栽培。在歐、美洲雖有栽種，但只當花卉欣賞，不作蔬菜用。

## 性狀

茼蒿屬於菊科，1年生或2年生草本，全株無毛平滑，裂片呈披形至線形，互相密接。缺刻為鋸齒緣狀，葉無葉柄，耳垂，葉基部抱莖。莖有分枝性，自下方葉腋生長多數側枝而成開展型，在高溫、長日期各枝頂部着生花。

花為頭狀花，頂生，梢端單立，直徑3~4公分。中心部密接管狀花序，有雄雌蕊，周緣齊排舌狀花而沒有雌蕊。花色一般為淡黃色，也有濃黃色、白色、淡黃色黃心及白色黃心等，花色很美。花總苞鐘形，苞片廣闊，花期春至秋季，結淡褐色至褐色，3~4角柱狀種子。

依據食品研究所分析，每100公克茼蒿葉，有熱量13卡羅里，蛋白質2.2%，脂肪0.3%，灰分1.4%，纖維1.5%，鉀質349mg%，維生素A有333國際單

位。

茼蒿食量適宜時，有安心氣、養脾胃、利胃腸、去痰，與治療神經衰弱等效能。

## 氣候及適應性

茼蒿好冷涼氣候，生長適溫為15~20°C。耐寒性很強，台灣地區主要栽培期在秋、冬季。耐暑性強，夏季也可以栽培。病虫害較少，生育迅速。

茼蒿的抽苔開花是受高溫、長日的影響，因此在春、夏季栽培極易抽苔。種子發芽以10~20°C最適宜，在30°C以上發芽率會降低。

土壤適應性廣，極易栽培。因不耐乾燥，以有機質多、保水力好的砂質壤土最合適。

## 品 種

茼蒿與其他蔬菜不同，幾乎沒有品種改良。台灣地區在光復前有：圓葉（虎耳）、湯匙仔葉及小葉等品種。小葉種因香氣太濃，不適一般嗜好，已很少栽培。湯匙仔葉又稱兔仔耳，小葉型狀似湯匙，葉肉薄，產量低，晚抽苔，因農家改用豐產品種，已少栽種。

虎耳種原來的葉片綠色，所以稱「虎耳青葉」、「青葉仔」。從青葉選了葉色淡綠系統，繁殖成為「白霧種」，是目前的主要品種，有虎耳白霧、圓葉白霧、白霧及大葉虎耳等地方名稱。虎耳白霧特性為葉大有淺缺刻，葉色淡綠，葉肉厚，產量高，香氣適宜。分枝性、耐暑性與耐寒性中等，晚抽苔。

## 栽培整地

茼蒿虎耳種一般栽培播種時期中、南部9月~2月，中部8月~3月，北部8月~3月，最適播種時期是中南部10月~12月，北部10月~2月。

大面積的專業栽培，應調查市場的需要，計劃生產，實施隔5~7天的分期播種。因播種期的不同，須考慮土地、氣候條件的變化，決定播種期，以共同運銷，定量供應。如果要夏季栽培，宜提早購備去年採收的種子，以免由於種子休眠，引起發芽不整齊的問題。茼蒿專業生產在西螺鎮中間消費種子約9噸。

茼蒿因需新鮮，適於近郊或交通方便地方的栽培，同時為採收、調整費工，要有充足人工及包裝用具。從生長適溫，台灣地區可以周年栽培，平地一般菜園從8月可以開始播種，夏季可以在葡萄、絲瓜棚下，提早作半蔭栽培。在交通方便的淺山地區、高冷地與山地，夏季可以栽培，提早應市，但在長日照時期

養鴿

靠技術賺大錢！

## 肉鴿飼養

本書特請農發會養鴿專家  
勞離煌技正執筆，介紹肉鴿品  
種、鴿舍設計、籠飼設備、飼  
養器具、飼養管理、繁殖配對  
、選種方法、疾病防治等技術  
，及肉鴿食譜。圖版多，封面  
彩色，25開本，全書56頁。

定價65元(郵票通用)

平郵寄送免收郵資

豐年社 台北市温州街145號  
郵政劃撥 5930 號  
電話：(02) 3938148

會早抽苔，應採用稍密播方式，在未抽苔前採收。

茼蒿生長期短，淺根性，整地將堆肥、化學肥料  
先全面撒布後耕耘，作成畦面90~100公分寬畦，整  
平畦面。前作蔬菜地，須防除夜盜蟲的發生。因生長  
期短，不可用系統性藥劑。

### 播種管理

茼蒿用直播，每一公畝地種子量約180公克，撒  
播後薄薄地覆土，加以輕壓、澆水。在乾燥期及雨季  
，為防止乾燥或雨水沖失種子，播種後畦面撒布稻殼  
或覆蓋稻草。新種子約有60天的休眠期，夏季播種前  
先行低溫處理來打破休眠。除非密播，不必疏苗。

播種後4~6天發芽，如果覆蓋稻草，發芽後當  
天傍晚除去稻草。乾燥期需要灌溉，灌溉務在晨間或  
傍晚，以灌到半畦高為準，在雨季或多濕時期要施藥  
預防病害。

茼蒿吸收肥料力強，標準施肥量是每1公畝地基  
肥完熟堆肥120公斤，硫酸3.5公斤，過磷酸鈣3.5公  
斤及氯化鉀1.2公斤。耕耘前全面撒布，作全層施肥  
。自生出本葉後用尿素200倍液追肥，每隔8~10天  
，行二次，每次0.8公斤。

### 收 獲

一般採收標準是株高約15公分，本葉6~8葉，  
為播種後30~45天。茼蒿注重葉片品質，必須適時採  
收。在栽培最適期栽培，可以分次採收；即第1次摘  
收主莖部份，追肥培育，再摘側芽生長部份。

茼蒿另一種採收方法是將展開子葉時採收幼苗，  
作為生魚片的青菜或作清湯的香菜。目前市場不喜歡  
濃綠的葉色，採收前10天內不宜施尿素水。

### 病 害

夜盜蟲在蔬菜連作地，與前作物相隔時間短時容  
易發生，栽培期也易發生蚜蟲。噴施D.D.V.P.等  
低毒性藥劑防除，必須遵守各種藥劑，在採收前停止  
施藥日數。

在連作地，天候多濕時，會發生炭疽病。葉片發  
生黃白小斑點，逐漸擴大成不規則形，變暗褐色。  
在莖部發病，發生長形或橢圓形病斑，變黑褐色後陷  
入，在罹病部位易折斷。多濕時期在病斑上會生桃紅  
色粘質物。

新種子有較易發生炭疽病的傾向，消毒種子，盡  
量使用去年採收的種子。在發芽後及第10天噴施抗病  
粉劑400倍液或“好速殺”粉劑400倍液等預防。

## 國語日報

### 父母愛子女，子女愛國語日報

#### 為什麼家家歡迎國語日報？

國語日報是一份「小型的大報」，內容純正高  
尚，消息迅速正確，短評「日日談」立論公正，專  
欄跟副刊可讀性極高。

國語日報全部用白話文撰稿，並且字字注上  
標準國音。常讀國語日報，可以學國語、學現代  
文字。

國語日報每天有「兒童」「少年」「家庭」副刊，  
並有兒童習作園地「我的作品」和「小畫家」。一份  
報，全家看。國語日報附贈的雙週刊「古今文選」  
經海內外各大中學選為國文課本。「書和人」是介  
紹書籍與人物的權威讀物。報費每月120元。

#### 國語日報出版部

設有舒適美觀的書室，陳列本報出版的兒童  
讀物、家庭讀物、國語文書刊。每天營業到晚上  
八點，歡迎家長下班時帶子女來買書看書。

#### 國語日報語文中心

設備雅潔舒適，教室氣溫調節，開有外籍人  
士和華僑華語班、國人國語正音班，中小學生作  
文班，成人、兒童書法班。採小班制，重視個別  
指導。

訂報電話：3412448  
出版部書屋電話：3413510  
語文中心電話：3418821  
• 台北市福州街十號  
• 台北市福州街十一號之三  
• 台北市福州街11號之3三、四樓