



形色變化最多的南瓜

郁宗雄

南瓜別名金瓜、番瓜、飯瓜等，品種發達，果實的型狀、大小和色彩等，在所有蔬菜類中變化最多。

南瓜的英名也最多，而且同物異名，同名異物，最混淆不清，例如 Pumpkin、Squash、Cushaw、Vegetable marrow 和 Gourd 等，其中 Pumpkin 和 Squash 就是英美人士也難以分辨清楚，再加上種間和品種間容易雜交，名稱更難分別了。

南瓜富含甲乙丙 3 種維他命，澱粉含量在所有果菜類中也是最高的，用途也很廣泛。

南瓜有栽培價值的，在植物學上屬於下列 4 種。

中國南瓜

學名 *Cucurbita moschata*，英名 Chinese squash、Winter squash、Musky gourd、Cushaw 等，在我國大陸和台灣栽培食用的南瓜，大多屬之。

中國南瓜最顯著的特徵，果梗末端和果實連接處膨大，成五角形的梗座，果實老熟後果梗木質化堅硬，且有五條縱溝，因此果梗橫切面呈五角形的星形。葉脈間大多有銀白色不規則的斑紋。

中國南瓜以老熟的果實供食為主，因果實老熟之後有芳香氣味，所以學名的種名 *moschata* 就是拉丁



大扁南瓜(中國南瓜)

語麝香似的氣味。

中國南瓜在高緯度的溫帶和寒帶露地栽培時，大多在春季播種，秋季成熟，能貯藏至冬季供食，所以英名叫做多南瓜 (Winter squash)。

中國南瓜生長強健，對於風土的適應性廣泛，抗病蟲害力強，少有致命的病蟲害，栽培容易，品質以甜而粉質的為佳，適於煮食及作為糕餅的餡子和原料，但有的品種肉質粗糙，水多不甜，品質低劣，只適於作飼料。

在中國南瓜品種中，瓜子大形的多可供瓜子用，是消閒妙品，近年來更被醫學界肯定，有治療攝護腺腫大的功效。

中國南瓜貯運力強，在台灣為重要夏季蔬菜。

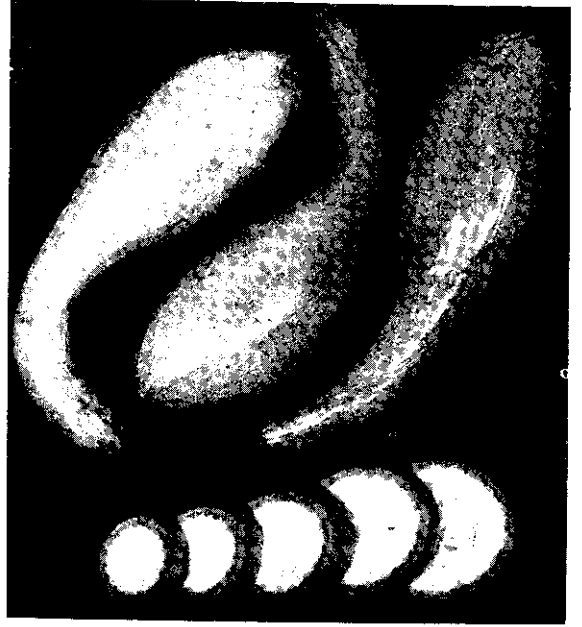
美國南瓜

學名 *Cucurbita pepo*，英名 Pumpkin，但有很多品種羣 Summer squash 及 Winter squash，被認為美洲原產，在植物形態上變化最多。莖蔓依品種有蔓性、半矮性和矮性，以矮性的品種較流行，所以有矮性南瓜 (Bush squash) 之稱。

通常不分枝或很少分枝，葉缺刻深裂，果梗雖和中國南瓜一樣木質化而有稜溝，但果梗末端殆不肥大，梗座不顯著。

節成活性強的品種，不但雌花發生節位較低，而且幾乎每節都有雌花發生，而能結果，因此早生。尤其多數品種，只適於果實在幼嫩時採收食用，老熟後果肉即變為木質化的硬殼，一如胡蘆瓢，不能供食，這是和冬南瓜不同之點。

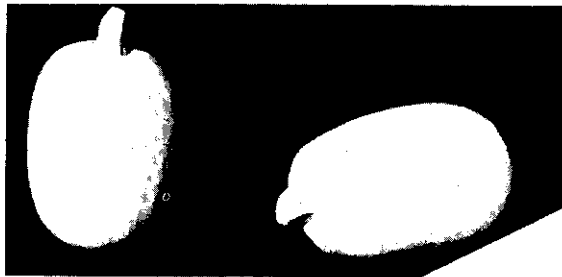
這種採收幼嫩果實供食的南瓜，最適於生育期短促的高緯度的溫帶和寒帶地方栽培，在露地一般春季播種，夏季採收，所以又叫做夏南瓜 (Summer



美國黃皮曲頸南瓜



中國南瓜(右)梗座肥大
美國南瓜(左)無梗座



美國南瓜的筍瓜(絲南

squash)。

美國夏南瓜幼果
或切絲後炒食
可以切

中國南瓜的吃法大不相同。

美國南瓜也有採

在台灣美

復後，

風味。

在美國南瓜中，還有一種比較特別的品種，就是筍瓜或稱絲南瓜，日人稱素麵南瓜，美國人則稱為通心粉南瓜（Spaghetti squash），我國大陸上早已有栽培。

果實待老熟後採下，橫切為二，挖去種子（可作瓜子用），蒸熟後用筷子繞出像麵條一樣的白色果肉絲，加蔥油和醬油，或鹽和胡椒涼拌食用，不但風味似海蜇皮，且其色澤和質地也很像海蜇皮，可以作為海蜇皮的代用品。

在美國南瓜品種中，有的專供玩賞之用，型狀變化甚多，有球型、卵型、扁球型、半球型、洋梨型、菊花型等，色澤有紅、黃、黑、白、綠單色及複色等，大多小巧玲瓏，美麗可愛，外皮光滑。

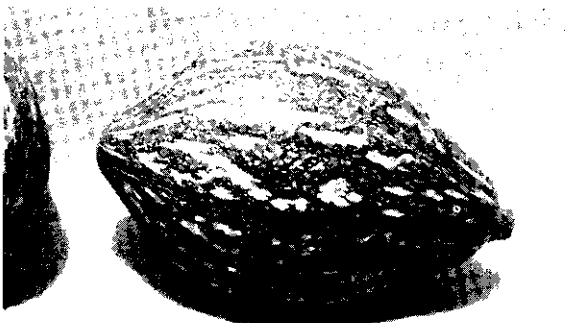
但也有瘤粒突起的，外皮都堅硬，甚耐貯藏，待充分成熟後採收，可供長期玩賞之用。美國人士對這許多小果觀賞品種稱為Ornamantal gourd。

西洋南瓜

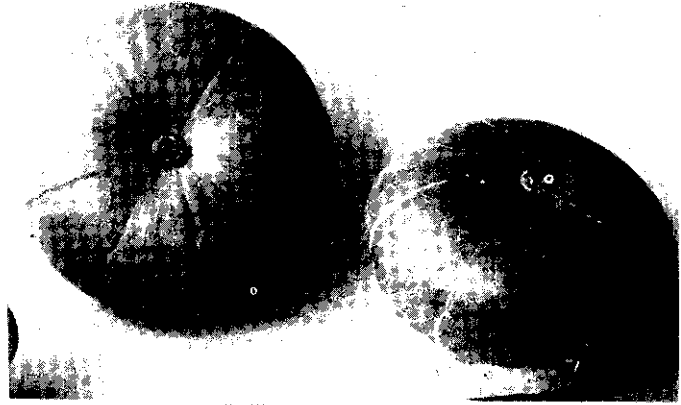
學名C. maxima，歐洲人士稱Pumpkin，美國人士則稱Winter squash。原產南美洲，但也有人認為在印度栽培歷史已久，是印度原產，所以也稱印度南瓜。

西洋南瓜的果梗粗而呈圓柱形，無稜溝、也無梗座，非木質而為革質。西洋南瓜都為蔓性，但近年來也有矮性品種育成。

在西洋南瓜中，有的果實碩大，重可達50公斤以上，有的澱粉含量特高，水分少，肉質為粉質，甜味高，極似板栗的風味，所以也有甘栗南瓜之稱，最適合國人和日人的口味。可惜大部分品種，對於毒素病和瓜蠅的抵抗力較弱，必須在冷涼期栽培，比較容易成功。



紡錘型西洋南瓜



觀賞用福瓜(西洋南瓜)

觀賞用橘紅色的福瓜又稱金瓜或三脚南瓜，臍部發達突出佔果實的 $\frac{1}{3}$ ，形狀像土耳其帽，所以英名Turk's cap 或 Turk's turban，也屬西洋南瓜的品種，果面可刻字或圖畫，觀賞價值甚高。

西洋南瓜充分成熟後甚耐貯藏，將來外銷日本的南瓜以本種較有發展前途。

黑子南瓜

學名C. ficifolia，這種南瓜最大特點是種子黑褐色，果肉白色不能食用，專門作為胡瓜的根砧，胡瓜嫁接在黑子南瓜的根砧後，可以避免剝割病和疫病的為害，而且低溫生長性較強，可以增加胡瓜在低溫的收量。黑子南瓜的種子，在台灣有大量外銷日本。

優良品種

目前台灣食用的南瓜優良品種如下：

木瓜型南瓜：本地種木瓜型南瓜屬中國南瓜，生長強健，抗毒素病力強，對於白粉病和疫病的抗力也相當強。果實又抗瓜蠅為害，所以容易栽培。果型似木瓜，果重1公斤左右，大小適中，貯運力強，市場性安定。但是它的缺點是：

1.較晚生，雌花發生及結果較晚，而且在高溫、長日照的夏天，不易結果。

2.果實含水分較多，肉質粘質而甜味較低。

改良的木瓜型南瓜像榮華品種，是一代雜交種，為針對本地種木瓜型南瓜的缺點，而加以改良的。不但具有本地種木瓜的優良，而且較早生，結果力較強，產量較高，品質較甜而較為粉質。



吉祥：本品種為台灣新育成的一代交配品種，抗毒素病力強，雌花着生節位低，早生，對於日長感應性鈍感，無論在冬季短日照期間或夏季長日照期間栽培，都能正常結果，所以適於周年播種栽培。

吉祥的果實厚扁球型，外型端正，果重通常在1公斤左右，大小整齊，便於分級包裝，適於家庭消費，肉質厚，子腔小，可食率較高。肉色橙黃，肉質帶粉質，香甜可口，色、香、味、質俱全，品質優良。

本品種株形較短小，適於密植增收，貯藏力也很強。

一品：本品種是西洋南瓜的一代交配品種，品質

非常好，即粉質而味甜。一般西洋南瓜容易感染毒素病，在台灣平地不易栽培成功，而一品品種則有相當強的抗病力，比較容易栽培。尤其在冷涼季節和高冷地栽培，能得較好的成績。

一品南瓜成熟期較早，果實扁圓型，果重1公斤左右，皮色墨綠，有青灰色縱紋，果肉橙黃色。

鳳凰：本品種具有中國南瓜的強健性狀，和西洋南瓜的優良品質，結果早而多，莖蔓較細小，適於密植栽培，果實似麻豆文旦型，大小也相仿，果皮橙褐色，果面平滑，果重1公斤左右，肉色金黃，肉厚，肉質粘中帶粉質，風味香甜，且耐貯運。

海
洋的誘惑

75元

神
秘的地球

65元

奇
妙的星星

75元

出
門看天氣

85元



做個受歡迎的人

發行，集成「神、奇、出、海」姊妹作，真是天南地北，海闊天空，知識趣味並重。如果你有心逐一閱讀，略加活用，你一樣可以是一位風趣、會聊天、受歡迎的人。

馮鵬年是一位風趣而受歡迎的氣象播報專業人員，他喜歡聊天，熱愛寫作，許多冷門的問題由他娓娓道來，竟也深入淺出，逸趣橫生，這種「本事」來自他多看、多聽、多寫。他把自己所學和經驗，寫成「神秘的地球」、「奇妙的星星」、「出門看天氣」三書，由中視出版部出版，廣受歡迎，先後各印行十餘萬本，深獲讀者喜愛。

如今，馮鵬年又把「海洋的誘惑」交由中視出版部

中視出版部
郵政劃撥：五五九五號
電話：二五二一〇七五九、二二一〇六二二