

文圖：陳秀政

名間鄉的 香瓠



種在田間的香瓠



拌香瓠絲，味道可口又營養。

名間鄉東湖村山腳巷53號陳哲雄農友栽培成功之新品種香瓠，比一般瓠仔好吃，它不但肉嫩甜度高，又是不噴洒農藥的清潔蔬菜。一個香瓠大約10兩重，很適合一家4口一餐煮湯或炒菜的份量，市價1公斤17元，很受消費市場的歡迎。

栽培管理很簡單

香瓠是以白瓠三代三交與黃香瓜一代所成，授粉時間約在下午5點~6點之間最適宜，所結出的果實，外表為綠底黃皮。

香瓠的栽培管理很簡單，8月為種苗期

，9月開始播種，經過45天即可採食鮮香瓠，收成期間是連續1個半月。一分地產量約6,000公斤。種苗一周後距苗根10公分處，環施少許肥料（一湯匙）每隔20天追肥一次三合肥，土壤不宜太乾燥或太濕，種植環境之溫度最好不要低於攝氏18度，如溫度在18度以下，吸水量較少發育較差。

香瓠最忌降霧，根據觀察結果得知，若在傍晚6點~7點有霧時，則10朵花中，只能結果的約剩4朵而已。一當母枝葉變黃時會遭夜盜虫侵蝕，此刻必須除去老葉，如此就不必再噴洒農藥，所以為安心食用的清潔蔬菜，而且終年都結果。



香瓠比一般瓠仔好吃

炒煮滋味皆可口

1. 炒香瓠

材料：香瓠 1 個，蔥 2 支、蝦米半兩，胡椒、鹽等各少許。

作法：鍋中熱油，先將蔥段、蝦米，用中火爆香，再將香瓠（切絲或切片皆可）拌炒數分鐘至熟加調味料即可。

1. 排骨香瓠湯

材料：排骨 6 兩，蔥 2 支，香瓠 1 個，胡椒、鹽等。

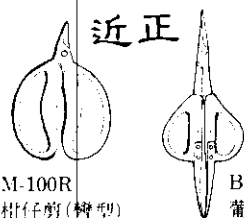
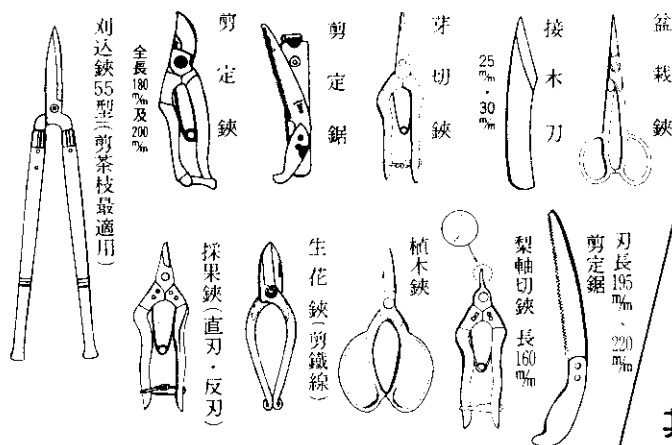
作法：將排骨加水下鍋煮開約 20 分鐘，放進切塊的香瓠煮 10 分鐘後，再加蔥及調味料即可。

3. 魚丸香瓠湯

材料：魚丸 10 粒，香瓠 1 個、蔥 2 支、胡椒、鹽。

作法：魚丸 10 粒切成兩半，香瓠切塊後，先將切塊香瓠下鍋加水煮開後 10 分鐘，再放進切半的魚丸煮 2 分鐘，續加蔥及調味料即可。

日本岡恒牌高級園藝工具



* 原裝進口，歡迎選購 *
請認清商標，謹防假冒。

**鋼質最優秀！
設計最實用！**

其他：洋葱鉋、松葉鉋、刃物用油砥石

經銷處：新高貿易股份有限公司
台北市峨嵋街68號 電話：3314190
郵撥儲金台北市0015195—5

刀身及紙盒無岡恒入級標誌者，均屬假冒品，若提供線索而破獲侵犯本公司商標者，當致薄酬。