

### ●飲料篇

# 靈芝飲 細火慢燉 淡淡苦味



## 台東地區農會出品

記得祖母輩的一代，是相當珍惜靈芝的，飲用時，亦需細火慢燉，同時又必需忍耐其苦味（可與黃蓮相比）。

如今，台東地區農會利用改良式的加工方式生產靈芝飲，不但方便飲用，同時在苦味上，亦利用甘草及少量砂糖的添加，使其製品能夠如同飲料般享用，且又無需擔心砂糖的過度攝取；相信必能深獲消費者的青睞。

根據 1979 年 Alexopoulos 氏的分類，靈芝是屬於大型真菌中多孔菌科 (Polyporaceae) 靈芝屬 (Ganoderma)；其學名為：*Ganoderma lucidum* (W. Curt.: Fr.) Karst.。一般靈芝的子實體大多為一年生，大部份具菌蓋和菌柄，亦有無菌柄或只有短的基部而使菌蓋直接附著於寄主（指枯木、太空包…等）上。子實體的內部構造大約可分為三層，最上層為菌蓋皮殼 (Crust)、其次為菌肉 (Cortex)、最下為菌管。

### 台灣適合靈芝生長

自古以來，靈芝就是我國吉祥如意的象徵，歷代都有關於靈芝的傳說與記載。同時由於本省位於亞熱帶地區，終年氣候高溫多雨，非常適合靈芝屬菌株的生長；故在台灣可見到許多靈芝，且根據靈芝菌肉顏色的差異（較淡者為靈芝組、較深者為紫芝組）及菌管的長短、顏色等作為分類上的參考。台灣常見的靈芝大概有下列八種：

1. 樹舌靈芝 *G. applanatum* (Pers) Pat.
2. 台灣紫芝 *G. formosanum* Chany et. Chen

3. 拱狀靈芝 *G. fornicatum* (Fr.) Pat.
4. 靈芝 *G. lucidum* (W. Curt.: Fr) Karst
5. 新日本靈芝 *G. neo-japonicum* Imaz.
6. 熱帶靈芝 *G. tropicum* (Jungh.) Bres.
7. 松杉靈芝 *G. tsugae* Murrill
8. 小孢子靈芝 *G. microsporium* Hesu.

### 選購先辨明種類

在選購靈芝時，應注意的事項有：

1. 無論是野生或人工培育者，都應先辨明靈芝的種類。
2. 要以完整的整朵靈芝為選購要求，以免不肖商人以其他多孔菌科的大型子實體混淆摻雜。
3. 選購原則為靈芝外形完整，草傘厚重，草柄短者為上品。
4. 其成熟度則以子實體中，草傘外緣仍較淺色者為佳。
5. 須注意其在貯存期間是否有長霉、虫蝕等，或帶有不良氣味，以免降低其利用價值。

### 加工前充分乾燥

為確保原料靈芝品質及價格的穩定



台灣常見的靈芝有 8 種

，台東地區農會所從事生產靈芝飲的原料，絕大部份是與農民契約合作生產。使得農民在生產種植靈芝時，不必擔心價格遭受市場波動的影響而導致血本無歸，同時更可專一心思從事改善栽培環境，而使加工用的靈芝品質得以保存在一定的標準之上。

靈芝在採收之後，首先必須進行乾燥，其目的乃在除去靈芝中的水份，使靈芝因缺水失去活性而得以保存一段時間。為保持加工原料的長期供應，收購的原料應以熱風充份乾燥，以避免其繼續活性，而使內部的各項成份因而發生變化，失去加工價值。

## 含糖量 2 ~ 4 %

待加工之時，再將靈芝乾取出進行切片，此乃因靈芝大小相差甚大，且過大的靈芝其萃取時間更必須加長，故必以切片機將其切成適當大小，之後再配合以甘草片加入二重釜中進行熬煮。由於此時的靈芝組織大部份均已木質化，且其抽出物的苦味極重。

同時配合低糖量的攝取，故以天然的甜味料—甘草之添加，降低砂糖量，所以製成品中的砂糖添加量僅 2 ~ 4 % 左右；因此怕胖的朋友便可以安心飲用。且為使靈芝的主要成份及甘草的甜味成份完全抽出，熬煮時間，約需經 1 個小時以上。

## 品質有相當水準

待熬煮完畢後，便可將此濃汁予以過濾、壓榨等處理，將此木質化的固形物（靈芝及甘草）除去，之後再以一定比例加以稀釋，同時添加砂糖（其用量約 3 % 左右），再經過加熱處理，使砂糖得以完全溶解，同時使靈芝濃汁得以均勻分散，更可達到預熱效果。之後，便可進行充填及真空封蓋的操作。

目前台東地區農會已引進一部全新的設備，能夠自動進行充填、抽真空及封蓋的操作，非但對整個生產速度大幅度的提高，另就品質方面也能達到一個相當的水準之上。

製罐完畢之後，便需在最短時間內，對其進行加熱殺菌（其條件為 121 °



台東地區農會推出的靈芝飲，品質已達一定水準。

15~20分鐘），此乃因靈芝飲在分類上應屬低酸性罐頭（pH在 4.5 以上），故為確保製品的品質、衛生、安全，而必須以如此高的條件進行加熱殺菌處理。

殺菌完畢之後，便立即進行冷卻，使罐內品溫迅速降至 35~38°C，以避免高溫性孢子發芽，而對產品產生不良的影響。之後再行拭罐（拭去罐頭表面水份）、倉儲及打檢。

倉儲之目的是將罐頭保存於室溫下數天，若罐頭本身因人為或加工技術或機械誤差等影響而遭微生物滋長或腐敗等，可經由倉儲時表現出來；因此在打檢時便容易檢出，如是對於工廠所生產製造的罐頭便有更進一步的保障。在打檢完畢之後的罐頭便可進行包裝、裝箱等，再運到消費市場供應消費者。 ■