

● 蔬果篇

# 黃秋葵 白瓣紅心 玉立亭亭

文圖／溫秀嬌

蔬菜攤上可以看到黃秋葵的果實



有花有果的黃秋葵，頗受花藝設計者的喜愛。

**本**省南部地區有少數農友種黃秋葵，這種錦葵科的草本植物，幼嫩蒴果清煮之後，沾醬油膏吃非常爽口，而白瓣紅心的花朵，亭亭玉立的植株，也是很不錯的插花材料，食用插花兩相宜。

吃過黃秋葵的人都知道，長相有如美人纖纖手指的蒴果，煮熟入口後有滑溜之感，一般日本料理店喜歡將它與質感相似俗稱“過貓”的蕨類一齊上菜，上澆柴魚花和醬油膏，據說這道鄉土菜很受曾在鄉下住過的消費群歡迎。

近年插花界流行將蔬菜水果配在花叢裡，黃秋葵因有優美修長的蒴果，所以很受花藝設計者青睞，尤其整株配有果

實和花朵的素材尚有“教育”作用，因為許多住在城市的孩子不曾見過黃秋葵，在賞花時若可見到這種不常見的作物想必有驚喜之情。

黃秋葵引進本省是在台灣光復之前，但一般人不知如何調理也不習慣食用，所以未普遍栽培，目前農友也只是少量栽培。本省由於氣候溫暖，除下雨和低溫時期外四季都可播種。根據農友反應，在春季播種經濟效益比較高，因為採收時是在夏季，可當夏季蔬菜。若是秋播，冬季收穫時正是秋冬菜盛產期，價格自然不理想。

黃秋葵也適合作為家庭園藝的植物，花和果都有可看性，果實還可以煮來吃喔！ ■