

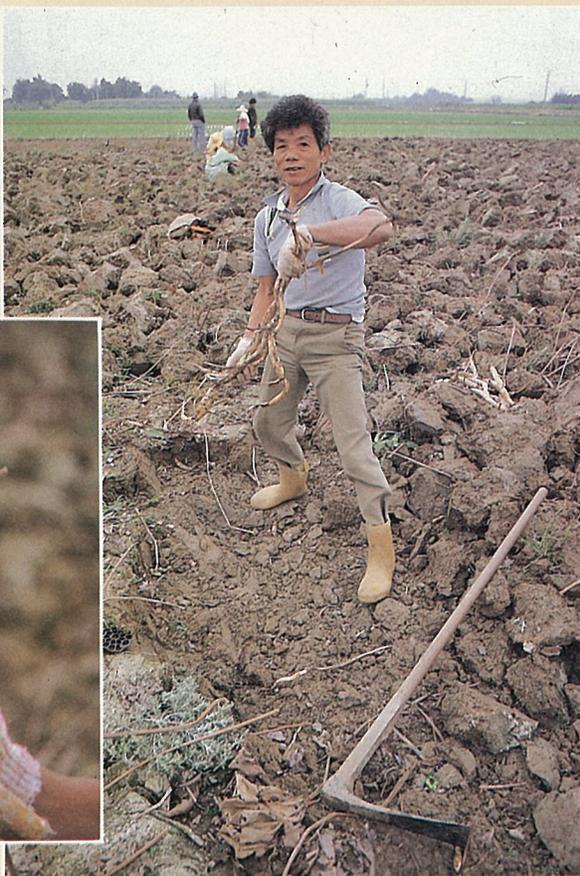
蓮藕採收了！



傳統沉澱法製造藕粉

今年蓮藕收成不理想

曾石南 攝影



這就是蓮藕

蓮藕採收了！

文：周朝

圖：曾石南

今年的蓮藕，已經開始採收了，受到去年夏天颶風吹襲的影響，品質及產量大不如前，價格反而上揚了不少。

蓮藕是水生植物，本省早年栽種的蓮藕，主要供作葯用，蔬菜用品種則是70~80年前，自日本及廣東引進，主要產地在嘉義、台南、高雄等地。

蓮藕就是荷花的根莖部位，含有大量的維他命C，還有蛋白質、醣、脂肪、維他命B₁、B₂、磷、鐵、鈉、鈣等營

養，味道甘甜清脆，有清熱涼血、散瘀厚胃的效用。

蓮藕喜歡高溫多濕、日照充足的氣候，以肥沃的壤土、排水和灌溉良好的水田最為理想。本省栽種的品種，有早年自日本引入的紅花種，及廣東白花種2種。紅花種開花多，根莖細小，適於採收蓮子；廣東白花種則根莖肥大，藕的產量和品質都比較好。

據說，蓮藕的種子如不破損種皮，壽命可達500年以上，但是，一般栽培都是用根莖繁殖。南部地區在2月中旬至4月中旬栽種，經120天後即可採收。

採收時，先排出田水，用鋤頭或齒耙挖取，外銷或遠運販賣時，需帶泥土裝箱銷運，以延長貯存期，及保持新鮮。

蓮藕是一種極受歡迎的蔬菜，可炒食或燉排骨湯，也可以涼拌來吃，調些糖、醋、醬油，拌上切成的藕片，吃起來甘脆爽口，開胃下飯。也有人將藕塊切片生食，當作水果。蓮藕煮熟後，加一

蓮藕就是荷花的地下莖



些糖，便是蓮藕茶，是一道涼爽可口的飲料。此外，蓮藕還有一種吃法，將蓮藕與蘋果，用果汁機打成綜合果汁，再加入檸檬汁即成，這種特製蓮藕汁，據說有治療喉痛的功效。 ■

蓮藕採收

