

羅傘菇 · 竹蓀

山珍之王

吉良



林間的羅傘菇，像穿著網裙的少女婆婆起舞。

羅傘菇，即人們通稱的竹蓀，又名竹筴、竹參，為極珍貴食用菇之一。除我國有分佈外，日本、菲律賓、印尼、古巴、巴西、印度、錫蘭、英國、法國、墨西哥、澳洲及非洲等地都有發生，為餐桌上的高級佳餚。本省亦有此菇之記載，即早在民國初年已被人們採集食用，它曾在北部的士林、中部的溪頭、南投、南部的台南、潮州及東部的花蓮等地發現，可見它遍佈全省。

羅傘菇，顧名思義，它的子實體狀似一把網狀之傘，呈圓錐形或彈頭型，高約20公分，網膜初為白色，成熟時為黃褐色，由於菇體外形亭亭玉立，高雅大方，而網膜開放時的氣派，恰似少女穿著一件網狀的衫裙婆婆起舞，搖曳生姿，其優美的姿態真不愧為菇中之后了。

菇體通常在夜間或黎明前生出，起

初外面有一層膜包被，清晨時，菌體破膜而出，至完全張開費時約1~2小時，二、三天後即凋謝死亡，所以一旦發現此菇，必須在一、二天內採集食用。在台灣夏秋兩季雨後出現較多，冬季在溫暖的中南部亦偶見，它多發生於腐植質豐富且濕潤的竹林及香蕉園內，平地是它發生最佳地區，尤其在日照少、濕度高的低凹地區。另，丘陵地及山地的山谷或溪流邊亦有它的踪跡。

可能由於海峽兩岸來往頻繁，國內市場上已出現許多竹蓀乾燥品，稱之為“竹蓀乾”，老饕們就不用到野外採集了。此種竹蓀乾一般以紅色絲線將數支捆為一束，重約2兩，恰可作宴席上的“四川寶湯”一碗。一般高級酒席上所見到的“四川寶湯”，是以竹蓀與鵝蛋為材料，可見竹蓀之珍貴。

羅傘菇屬於真菌中腹菌類之 *Diclyophora* 屬，常見的種類有 *D. phalloidea*，*D. duplicate* 及 *D. indusiata*，台灣產者為 *D. indusiata*。

由於其造型奇特又美麗，民國60年左右本省郵局曾出版有竹蓀之郵票。竹蓀目前大都由野外採集，尚不能以人工栽培，有待人們的努力研究，所以更見珍貴。

惟新鮮的竹蓀有粘液狀物，會發出惡臭，易使人誤為毒菇，但用水洗後即可去除惡臭。食用竹蓀乾時則必須先放入水中或鹽水中浸泡，使之膨大恢復原狀後始用，一般以白色富彈性者為上品。

竹蓀除可食用外，亦可供藥用，如對減肥、降低高血壓、減少膽固醇含量以及活血、祛痛、消除癌細胞等功效。因之它不但有菇后之雅號，亦有山珍之王的美譽。