

# 善化鎮的胡麻

～降低生產成本 才能提昇競爭力～

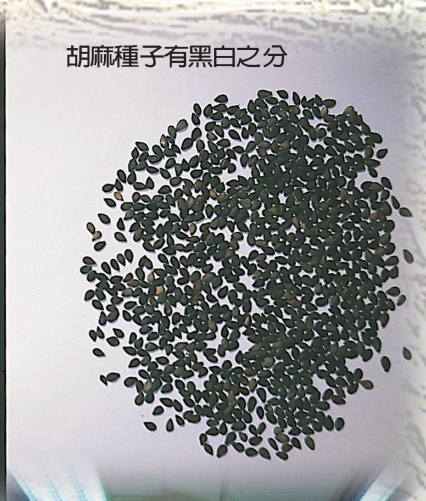
文圖 / 方新政

胡麻又稱芝麻，忌連作，全省栽培面積約1,000公頃左右，大都零星分散於台南、嘉義、雲林等縣，其中以台南縣的善化、佳里、安定、西港等鄉鎮之栽培面積較多。胡麻之最主要用途是收取種子榨油或供為製作糕餅之佐料，其種子有黑、白兩種。

善化鎮農會自設有胡麻榨油工廠，為保證品質，農會訂定保證價格向農民收購自產的胡麻，一級品每台斤70元，二級品65元。胡麻油是由黑色的種子提煉而成，香濃可口，含不飽和脂肪酸及豐富的維他命E、礦物元素外，尚含多種特殊具有保健功效之物質，為烹飪料理最佳用油，是滋養補品，可預防白髮、抗氧化、防止衰老；亦可溶化膽固醇、防止血管硬化；屬高纖食品，具有整腸、消炎等功效。台灣胡麻栽培面積不多，收穫量尚不敷國內所需，仍需從國外進口，雖然省產胡麻籽品質較好，榨油率較高，但仍擋不住進口競爭的壓力，或許是因人工等生產成本太高吧！



胡麻種子有黑白之分



善化鎮的胡麻油及胡麻清油  
(圖中人物為農會推廣股王股長)

→ **善**化鎮位居台南縣的中央與官田、麻豆、安定、新市等鄉鎮毗鄰，屬嘉南平原，地勢平坦，有縱貫鐵路經過，交通非常便利。據「南瀛風采」誌記載，善化鎮在荷據時代叫「目加溜灣社」，日據時代改為「台南縣灣裡辦務署」，光復後才訂名為善化。善化有「人文至善，化育台灣」之意。據考，3百多年前有位先生名叫沈光遠，號稱斯庵，因遇颱風漂流至台灣而在善化一帶教書、行醫，啓迪善化子民，桃李遍佈，後人尊稱為「台灣孔子」，並立碑緬懷追念。善化並無特殊觀光景點，比較有名氣的是「亞洲蔬菜研發中心」及全台規模最大的「牛墟」，牛墟是台灣早期農業社會農耕牛交易市集場所，於今雖已因時代的變遷而沒落，然因其具有傳統之特色，有關單位仍極力維護保留，但內容大不相同。善化鎮鄰近雖



胡麻開白花，結蒴果



◀ 胡麻葉黃化時即可採收，採收連根拔起

有些工廠，但大部分居民仍以農為業，主要的農作物有水稻、花生、胡麻、毛豆、

紅肉文旦等，而以胡麻最具特色。

### 胡麻為少量作物 栽培管理粗放

胡麻俗稱芝麻，性喜溫暖，不耐低溫，為一需水性較少之耐旱作物，但也需適當的灌溉才能提高產量。胡麻種子小，採用直播方式播種，以作畦條播或平畦撒播，栽培管理較粗放。胡麻為少量作物，栽培地區零散，在台南地區除善化鎮外，台南縣的佳里、安定、西港，嘉義縣的朴子、東石及雲林縣的虎尾等地均有栽培，各鄉鎮栽培面積大都在200~300公頃左右，有春作與秋作之分，而以秋作為主。春作播種適期以3~4月為宜，播種時氣溫低，延遲生育，但至生長



採收後捆綁成束



數網交叉豎立在一起曝曬

期時，氣溫回升，植株生長旺盛，需摘心以減少養分耗損，採收時常逢下雨，不利收成；秋作播種適期為8月下旬至9月中旬，這段期間尚有下列雨，可促進植株生長，開花期氣溫暖和，有利於結蒴果，後期日照漸短，可使胡麻自然收花，成熟時氣候乾燥，便於收穫，品質較好。

胡麻栽培雖較粗放，但也需注意肥培管理，除於播種前施用基肥外，於植株生育期及開花結果期均應施追肥，尤其在收花後種子開始成長時需更多的磷肥，因此，追肥是有助於產量的提高。從開花到成熟約需兩個月，成熟期到時，植株莖葉逐漸轉



老式的胡麻油壓榨機

黃，葉片由下向上漸次掉落，蒴果變黃，種子轉為黑色，即可收穫，採收時是將整株連根拔起，約十餘株捆成一束，數捆交叉豎立置於田間乾燥，待蒴果裂開即可脫粒，脫粒時在田間地面鋪上塑膠布或帆布，將整束已乾燥之植株斜倒並以木棍敲打，種子則掉落在塑膠布上，如脫落未乾淨，需再繼續晾晒後再脫粒。脫粒後經風選去雜後，再日晒，即可裝袋、出售。收成後的種子不宜貯藏太久，否則會影響榨油品質。胡麻易發生立枯病、萎凋病等土媒病害，因而不宜連作，也不宜與豆類、玉米、高粱等作物連作，最好與水稻輪作，以避免病害嚴重發生。

### 種子含多種成分 具有保健功效

胡麻為一年生草本植物，莖直立、四稜形、單葉對生，花為白色或參雜有淡紫紅色或黃色，蒴果四稜，種子小而量多、呈卵形、先端微突尖、有黑色與白色兩種。胡麻以主要用途是種子供為榨油、製糕餅或芝麻醬等，榨油用的胡麻籽以黑色的為



現代式的榨油機以電力控制

→ 主。胡麻油主要為不飽和脂肪酸，富含鈣、磷、鐵及豐富的維他命E及B<sub>1</sub>等。據分析，胡麻種子含油脂達60%，油中含油酸、亞油酸、棕櫚酸……等不飽和脂肪酸、甾醇、芝麻素、芝麻林素、芝麻酚、維生素E，另外尚含有葉酸、煙酸、糖、卵磷脂、蛋白質和多量的鈣等。「本草經疏」記載，「胡麻氣味和平、不寒不熱、益脾胃、補肝腎之佳谷也，金刃傷血、則瘀而作痛、甘平益血潤燥，故有療金瘡止痛也」，又據台灣常用食物療效180種一書記載：芝麻性平味甘，具有補血、潤腸、烏髮、生津、通乳、長肌肉、填髓腦等功效，主治身體虛弱、頭髮變白、貧血、津液不足、大便燥結、便秘、頭暈耳鳴等。最新醫學證實，胡麻種子殼中含有多酚成分，稱之為芝麻素，能排除酒精及化學物質，加強酒精之代謝能力，降低肝功能之損傷而達保護肝臟之作用；又能舒張血管肌肉，順暢血液流動，穩定血壓，降低血中膽固醇，改善血管流動性；且具有抗氧化功能，破壞自由基，減少肝臟細胞進行解毒代謝所造成的傷害，對活化肝臟細胞有重大的貢獻。

胡麻油簡稱麻油，是由胡麻種子提煉而成，氣味香濃可口，為烹飪之上品。據調查，台灣每年需胡麻約3萬多公噸，其中省產胡麻僅佔2%，大部份來自國外。省產胡麻種子含油量較高，香濃味美，國人較為喜愛。善化鎮農會為保證品質，自設榨油工廠，



壓榨後之胡麻粕可當為有機肥材料

原料來自當地農民自產的胡麻，農會訂定保證價格向農民收購，一級品每台斤70元、二級品65元。胡麻油的香味在於胡麻籽烘焙的火候，傳統式的榨油方式是將清理後的胡麻籽放入高溫的大鐵鍋中烘焙，烘培的時間全賴師傅的經驗，大致是每次50公斤的胡麻籽，在攝氏100度以上之高溫下烘焙約20多分鐘，隨後倒出散熱，以免過火，然後再經碾碎、蒸煮、壓榨、過濾、沈澱等過程；壓榨後剩下之油粕可供為充當有機肥之材料。善化的胡麻油有兩種，一種是一般所謂的麻油，可供調製各種保健料理，如麻油燒酒雞、麻油蚵仔麵線、麻油飯、麻油煎蛋等；另一種為胡麻清油，製油之胡麻籽只要稍為烘焙即可，其油之色澤類似沙拉油，具有清淡之麻油香，除可當為一般炒菜用油外，還可直接拌入已煮熟的菜餚食用，美味可口、更具營養、健康；炒菜時會散發出特殊香味，是一種很好的料理用油。

