



水生蔬菜珍品

大陸湖北蓴菜人工栽培

蓴菜 (*Brasenia schreberi* J. F.)，又名水葵、小荷葉、馬蹄草，屬睡蓮科多年生水生草本植物。蓴菜在中國已有 1,600 多年的歷史，《晉書》記載“蓴菜鱸膾、王爵慕之”。蓴菜是一種珍貴的野生水生蔬菜，食用部位為在水中的嫩梢和初生卷葉，做湯，其味鮮美，質地柔滑，風味獨特，是傳統的江南 3 大名菜 (茭白、鱸魚、蓴菜) 之一。近年來隨著人們保健意識的加強，蓴菜以其獨特的營養和藥用價值更是倍受人們青睞，營養學家稱為“21 世紀的生態蔬菜”，在大陸國內外市場供不應求，發展蓴菜生產具有很好的經濟效

益和生產潛力。大陸蓴菜主要分布在長江流域及西南各地，湖北利川市所產品質最佳，規模最大，被稱為“蓴菜之鄉”，與杭州西湖、重慶石柱同為大陸 3 大蓴菜生產基地。本文介紹大陸湖北利川市的蓴菜人工栽培技術。

一. 生物學特性

1. 形態特徵

蓴菜蔓生於水中，地下莖多為白色，也有黃色或褐色，匍匐生長於水底的泥中，節上著生不定根；地上莖 (水中莖) 細長，分枝較多，隨著水位的上漲而不斷伸

長，可達 1 公尺左右。田間水位低淺時，其基部匍匐於泥土表面，節的兩側簇生黑色發絲狀的鬚根，長約 15 公分左右。莖上部各節在水中不生根，各節各生 1 單葉，葉互生，漂浮於水面。葉片全緣，呈橢圓形，葉片光滑、綠色，葉背為絳紅色，葉脈放射狀。葉片背面和莖均附有透明膠質。葉腋抽生花梗，頂生一紅色小花，果實為聚合果。

2. 環境要求

蓴菜喜溫，春季氣溫達到 15°C 時，地下主莖上的頂芽先萌發，側枝上的頂芽相繼萌發，伸長並發生小葉，同時地下莖向下發生鬚根。氣溫 20 - 25°C 時，生長最為旺盛。水面溫度達 40°C 時生長緩慢，低於 15°C 時逐漸停止生長。每年霜降後葉片和部分水中莖開始枯死，其地下莖和留存的水中莖休眠越冬。蓴菜對土壤要求不嚴，但以偏酸性 (pH 值 5.5 - 6.5) 土壤為好，一般要求水面清潔並有流動性。

二. 栽培與管理

1. 品種介紹

蓴菜按花和食用部分的色澤，可分為紅花品種和綠花品種。紅花品種的葉背、嫩梢、卷葉和花冠均為暗紅色；綠花品種的嫩梢、卷葉為綠色，葉背僅葉緣為暗紅色，花冠為淡綠色。目前在長江流域栽培的蓴菜，主要有以下幾個優良品種：

(1) 利川紅葉蓴菜—原產湖北利川市，葉正面深綠色，葉背面鮮紅色，主脈綠色，卷葉綠色，包有厚膠質，品質優良，產量高，每畝 667 平方公尺可採蓴菜 600 公斤。

(2) 西湖紅葉蓴菜—屬杭州特產蔬

菜，葉正面深綠色，背面紫紅色，葉片較小，生長勢強，卷葉上膠質較厚，品質好，產量高，栽植當年可採蓴菜 200 公斤/667 平方公尺，第 2 - 3 年可達到 500 公斤/667 平方公尺。

(3) 太湖綠葉蓴菜—原產於江蘇太湖地區，葉正面綠色，背面邊緣紫紅色，中央淡變成綠色，卷葉綠色，其上膠質厚，加工後色澤美觀，品質優良，產量高，為理想的加工品種。

2. 栽培管理

蓴菜適應性強，繁殖快，成本低，栽培較容易，南方湖泊、池塘和水田均可栽培，栽培主要注意以下幾點。

(1) 水與土壤

種植蓴菜應選有活水來源，具流動性且排灌方便、水位易於控制的湖面或池塘，在蓴菜生長過程中保持水質清潔、無汙染。清潔無汙染水域生產的蓴菜色澤碧綠，味道鮮美，膠質豐富、透明，不沾泥沙，是鮮食和加工的最上乘材料。生長區域要求水底平坦，土壤酸鹼度以 pH 值為 5.5 - 6.5 為宜，土層應深厚，富含有機質，淤泥土為最好，淤泥層厚 20 - 30 公分。水層最高 50 - 100 公分，可通過排灌控制水層。蓴菜喜陽光，水域內不宜有蓮藕、茭白等其他水生植物，以免遮光。

(2) 整地施肥

栽植前，放乾水，清除雜草，用生石灰清塘消毒，按每 667 平方公尺施入有機肥 1,000 公斤、餅肥（油菜粕或大豆粕）100 公斤，平整泥土，使肥土混勻。

(3) 扦插種植

蓴菜由於其種子發芽率低，且幼苗生長緩慢，生產上一般不採用種子繁殖，而進行無性繁殖（扦插繁殖），春秋兩季節均

可，但春季最好。每年春分至穀雨，選擇健壯、無病蟲害的匍匐莖作種株，種株隨挖、隨洗、隨栽，剪成有 2 - 3 個節位，15 - 20 公分長的莖段，每節具飽滿芽 1 個，按株行距 60 公分左右將匍匐莖段斜插或平栽（即兩頭按入泥中，露出芽頭），栽植深度 5 公分左右，栽植前後保持 10 - 20 公分的淺水層，有利於其生根成活。秋季繁殖于白露前後，用匍匐莖進行扦插，莖長 15 - 20 公分，2/3 插入土中。扦插繁殖約半個月即可成活。

(4) 水位控制

水位應根據溫度變化和植株生長情況控制。春季為提高池水溫度，促進生根萌發，應保持 15 - 20 公分淺水；以後隨氣溫升高，蓴菜進入生長旺盛時期，水位可逐漸加深至 50 公分，太深葉不能浮出水面，影響光和作用。盛夏季節可加深至 60 - 70 公分，並保持流動，以降低水溫。到秋季，水位逐漸下降到 30 - 40 公分，冬季灌深水防凍。

(5) 撒施追肥

蓴菜栽植當年如施足底肥，可不追肥，但生長期間，如出現缺肥症狀時，如莖葉瘦小發黃，卷葉膠質很少時應立即追肥，可按每 667 平方公尺用尿素 5 公斤左右，撒施水中；追肥時水位要放淺，均勻撒施，但不要粘在莖葉上，以免化肥灼傷葉片，降低品質。

(6) 病蟲害防治

葉腐病，在池水渾濁、水面多青苔時易發病，應堅持生物防治為主。保持水質清潔、流動；不施用未充分腐熟的有機肥；栽植前清除雜草，並清塘消毒。害蟲有扁卷螺、卷葉螟、白絲蟲和水甲，一般

採用人工捕捉，或誘殺。

3. 採收與加工

蓴菜採收從清明開始至秋分。5 月中旬至 7 月中旬為採收旺季，此時產量高，品質佳。採收方法是：人坐於小船中，用手將尚未展開的嫩梢和嫩葉掐下，放在小木桶或塑膠桶中。不能用鐵桶作容器，否則，蓴菜斷口處會變黑，影響質量。一般當天採集，當天處理。用於加工出口的蓴菜的質量標準是按嫩梢上第 1 片卷葉的情況分為大、中、小 3 等級。小級卷葉長 1 - 2 公分，卷葉緊，粘液稠厚，質量最佳；中級卷葉長 2 - 3.5 公分，卷葉緊，粘液多，質量較好；大級卷葉長 3.5 - 4.5 公分，卷葉梢鬆，粘液較少。卷葉超過 4.5 公分則為等外品。蓴菜加工一般採用塑膠薄膜小包裝保鮮。其流程是：採集 → 分級 → 漂洗 → 殺青 → 冷卻脫澀 → 保鮮劑處理 → 塑膠薄膜封裝 → 貯存。

三. 營養與食療

據測定，每 100 克鮮蓴菜中含蛋白質 1.4 克，脂肪 0.1 克，碳水化合物 3.3 克，纖維素 0.5 克，還含有維生素 E、維生素 B₁₂ 以及 18 種氨基酸，其中 8 中為人體所必需，尤以天門冬氨酸 (276 毫克)、谷氨酸 (122 毫克) 和亮氨酸 (86 毫克) 含量豐富。有清熱解毒、利尿、消腫的功效。研究證明，從蓴菜中提取的多糖體具有防癌抗癌作用。

蓴菜是一種藥食兼用的蔬菜，其保健功能普遍為民間作為重要的食療蔬菜，但蓴菜性寒而滑，多食易傷脾胃，發冷氣，損毛髮，故不宜多食。現代科學證明蓴菜主要有以下幾種機能：


1. 清熱解毒、殺菌消炎：蓴菜的粘液質含有多種營養物質及多縮戊糖，有較好的清熱解毒作用，能抑制細菌的生長，食之清胃火，瀉腸熱，搗爛外敷可治癰疽疔瘡（惡瘡、毒瘡）。

2. 防癌抗癌：蓴菜粘液中的多醣，對實驗動物某些腫瘤有抑制作用，將加入腫瘤毒遺傳基因的 B 淋巴細胞和致癌物一起培養後，再把蓴菜中的成分摻入，結果發現其對腫瘤毒的活化性有較強的抑制作用。

3. 防治貧血、肝炎：蓴菜中含有豐富的維生素 B₁₂，它是細胞生長分裂及維持

神經細胞髓鞘完整所必需的成分，臨床上可用於防治惡性貧血、巨幼細胞性貧血、肝炎及肝硬化等病症。

4. 益智健體：蓴菜中含有豐富的鋅，為植物中的“鋅王”，是小兒最佳的益智健體食品之一，可防治小兒多動症。

5. 增強機體免疫功能：蓴菜含有一種酸性雜多糖，它不僅能夠增加免疫器官—脾臟的重量，而且能明顯地促進巨噬細胞吞噬異物，是一種較好的免疫促進劑，可以增強機體的免疫功能，預防疾病的發生。 

資料來源 | 特有生物研究保育中心

發現台灣旋花科新成員—紫花牽牛

農委會特有生物研究保育中心在中海拔山區發現一種花色鮮紅的牽牛花，正式發表為台灣的新紀錄種植物，使台灣的旋花科植物增添了一個新成員。

農委會特生中心說，旋花科牽牛花屬 (*Ipomoea*) 全球約有 650 種，廣泛分布於全球各地，其中以美洲和非洲種類最多，依據 1998 年出版之台灣植物誌，台灣紀錄之牽牛花屬植物有 21 種。最近該中心研究人員在中部地區從事植物調查時，於中海拔山區的開闊地發現了一種花色鮮紅的牽牛花，經採集標本帶回該中心植物標本館與台灣已紀錄的近似物種進行比對研究，發現為台灣未記錄之種類，經形態各部位量測及查閱國外資料，鑑定為屬於牽牛花複合種之一的紫花牽牛

(*Ipomoea purpurea*)，正式發表為台灣的新紀錄植物，目前調查資料顯示該植物群生歸化於台灣中海拔山區。

特生中心表示，歸化植物最容易出現的區域大都屬於破壞或開發的區域，不管是天然災害或人為開發後都會給歸化植物生育空間，避免原生環境遭受破壞，是防止外來植物歸化或入侵的最佳方式。 