

開發苦瓜、絲瓜保健產品 提高農產附加價值

苦瓜、絲瓜除當蔬菜食用外，其功能古藥典中亦有多項記載。苦瓜具有消暑、退熱、提神、解勞、清心和明目效果，亦可外用治療瘰癧及疔癤。絲瓜則有主治痘滄不快、除熱利腸、涼血解毒、通經脈、行血脈、暖胃補陽等功效。科學化活性功能研究顯示，苦瓜萃取液具有研發成非固醇類消炎劑潛力，對免疫有抑制脾臟細胞增生及抑制發炎調節因子的功效。而絲瓜亦具有相當程度之抗氧化能力，舉例來說，絲瓜水能促進纖維母細胞生長，具有開發美容產品之潛力。

近年來台灣蔬果活性功能的研究仍多偏重生鮮原料探討，加工處理之活性功能探討的影響仍屬少見，且原料來源大致從市場購得，常常會忽略原料品種、栽培期作、地域等因子影響。疏忽原料來源特性的結果可能導致錯誤資訊，而缺乏加工研究亦將導致錯失市場商



即溶苦瓜粉



濃縮苦瓜汁



濃縮絲瓜水

機的可能。

高雄區農業改良場場長黃賢良指出，苦瓜、絲瓜、胡瓜是台灣三大蔬菜用瓜果類，苦瓜、絲瓜在高屏地區栽培面積分別約占全台 50%、47%，產量則分別約占 49%、41%。若能利用這兩類瓜果本身功效，搭配安全特性開發保健產品，對提高其附加值應具有實質正面效益。更重要的是可開展瓜果蔬菜作為保健產品之先端。

高雄區農業改良場表示，為避免瓜果蔬菜開發保健產品不確定選材的疑慮，該場已結合團隊從品種、栽培期、植株部位全面篩選，並展開相關養生瓜果產品研究。目前苦瓜保健產品，已開發有苦瓜濃縮汁及即溶苦瓜 2 項新

產品，深獲民眾好評。而絲瓜研究亦獲得特定品系及部位相關活性資料，未來將可應用於保健產品開發。🌱

高雄區農業改良場加工研究室：
08-774-6746