

蘿蔔

每年11月以後，到翌年3～4月間，雲林、嘉義、彰化三縣平坦的農田，可以見到許多蘿蔔園地，從12月到次年6月，省內蘿蔔的消費需要，就依賴這些產地。



蘿蔔採收了。(夢漾 攝)

以省產各種蔬菜來說，一般消費者用來煮湯最常用的，可算是蘿蔔了。由於餐桌上看到的蘿蔔，多數是在湯中，有些消費人家，甚至於不曉得，除了煮湯之外，還有些什麼用途。其實，蘿蔔的用途，可

多着呢！例如，生蘿蔔切片，放碗中，上面覆以麥芽糖，加蓋，約1小時後，碗中湯汁可治咳嗽。又或者，蒸魚時，魚身上下鋪滿蘿蔔切片，有助於去除魚腥味等等。

蘿蔔的原產地在園藝學界

，尚無一定的論證，有些人認為在我國，有些人則認為在黑海到裏海之間的中亞地區。不過，我國栽培蘿蔔的風氣與產量，冠於全世界則是事實。有時，國人到歐美遊歷，見着某些大型或小型蘿蔔，認為人家也有很多產量。但先別忙，這些蘿蔔，可能是原產於歐洲的蕪菁，並不是蘿蔔，只是兩者之間，太過於相像罷了。事實上，本省也有一些蕪菁的栽培，只是產品上市時，都被當做蘿蔔吃掉了。

在本省上百種蔬菜生產中，蘿蔔的生產量，每年都和結球白菜爭第4位，多半的時候，結球白菜佔優先，有時蘿蔔也能勝過一些。但如以消費量來說，蘿蔔可就和甘藍、結球白菜合成三大蔬菜了。以台北市的消費來說，每年都維持在第3位，而且是只計算新鮮蘿蔔的數量，如加上晒製過後的各種蘿蔔乾、蘿蔔絲來說，是否能趕上第2名的甘藍菜，可就不得而知了。

產地巡禮

本省栽培蘿蔔最多的產地在雲林縣，產量佔了全省的三成多一些。如加上嘉義與彰化兩縣，產量可就超過六成了。每年11月以後，到3～4月間，這些縣份平坦的農田，可以見到許多蘿蔔園地，從12月到次年6月，省內蘿蔔的消費需

要，就依賴這些產地。

但是蘿蔔最出名的產地，却是南投縣的埔里地區。每年夏天，各地都因氣溫較高，難以栽培蘿蔔的時候，就只有位居山丘上的這些地方，利用海拔高氣溫低的優勢，栽培出品質尚佳的蘿蔔供應市場，也養成了埔里蘿蔔的名聲。實際上，如以產量來說，整個南投縣才能排在各縣市的第5位，總量只不過佔全省的12%左右。

產量比南投多一些，位居全省第3名的是台南縣，比第4名的彰化縣略略的多一些。這個產地的產品，就在每年的10月間上市，並能延續供應期間到11月。也就在這樣的此起彼落之中，一年到頭，每天都有相當數量的蘿蔔，供消費者購用了。

A 級食物

現代人注重養生，每一種食物，都得探尋其含有的營養成分，深怕多吃了某一種食物，就會造成體內的營養不均衡，或者是引致一些不該有的毛病。以這樣的觀點來看蘿蔔，則應該給蘿蔔評定為“A”級。因為蘿蔔的成分中，93%是水分，含有少許維他命，有一些天然纖維，脂肪很少，澱粉沒有，倒是有相當數量的各類微量元素，也就是礦物質。在現代人講究少吃脂肪，多吃纖維素、維他命，以及補充微量元素之養生訴求之下，蘿蔔確實相當迎合了消費者的需要。更何況，一年當中，除了夏季貨少而價稍昂的時段外，可說全是價廉物美的時期，消費者不妨多多購用。只是，民俗傳

說，蘿蔔性冷，胃寒的人不宜多吃，因此，可否大量食用，就得衡量自己的胃“寒”或“不寒”了。

蘿蔔種類

省產蘿蔔的種類，可大列為白蘿蔔和彩色蘿蔔兩大類，其中白蘿蔔的產量至少佔有98%，彩色蘿蔔非常少。而白蘿蔔仍可分為好幾個品系，各有各的不同。現在，分別簡介如次。

一、白蘿蔔

1. 梅花系

為目前省產白蘿蔔中，品質最為優良的品系。其肥大的根部為紡錘形或圓錐形，根底部平滑略呈圓形。表皮細緻，無根鬚或極少根鬚，肉質脆嫩多汁。唯以生性不耐熱，純種梅花系在本省難以生長。目前省內梅花系蘿蔔多採取與斫仔系或杙仔系雜交之梅花杙，或梅花杙，因此，省產梅花系蘿蔔的形狀有些呈炸彈形。

梅花系蘿蔔以冬季為主要上市時期，選購時，以表皮細緻，具有重感者為佳。如以手指彈擊時，回聲清脆者更佳；而回聲濃濁者為老化，有空心現象。有時，因發育良好完全成熟，可能產生表皮爆裂情事，雖然稍欠雅觀，風味則特別好。

2. 斫仔系

為省產白蘿蔔中，數量最多的品系，每年3月以後，10月以前，大致上都是這個品系在供應市需。斫仔系為紡錘形，根底稍有突出，有時略帶根鬚。肉質不如梅花系細緻，表

皮亦不如梅花系潔白，稍稍帶有一些些土黃色。

選購的時候，以其表皮光滑，無節斑，具重感者為佳。

3. 杙仔系

“杙”這個字，在康熙字典都找不到，是個台灣字，原意是指牧童放牛時，栓綁牛繩的小木椿。因此，有人也把杙仔系稱做椿仔系。其實這用意，非常明顯，只不過是表明這個品系的蘿蔔，就像栓牛繩的小木椿那個樣子。事實上，杙仔系為短圓筒形，根部尖突，恰似小木椿。另一個特徵是有很多根鬚，而且稍帶辛辣味。但因耐熱性佳，夏季可以栽培，常用於晒製蘿蔔乾。選購時，以沒有空心現象為佳。

4. 美濃種

很少鮮蘿蔔上市，產量也不多，為長圓筒形，有辛辣味，一般用於醃製黃蘿蔔。

二、彩色蘿蔔

1. 青蘿蔔

形似杙仔系，外皮為青綠色，根梢部為白色。肉質白色，有辛辣味。煮食風味欠佳，常用於泡菜原料。冬季產品，產量不多。

2. 紅蘿蔔

最近3年才有的品系，形似斫仔，外皮為艷紅色。肉質為白色，辛辣味隨品種之不同而異。因係新育成品種，上市量很少。

3. 櫻桃蘿蔔

為小型蘿蔔，櫻桃形，外皮蘋果紅色，頗為雅觀。肉質為白色，富辛辣味。常做為盤飾使用，亦可做為泡菜。栽培量少，冷天較為多一些。



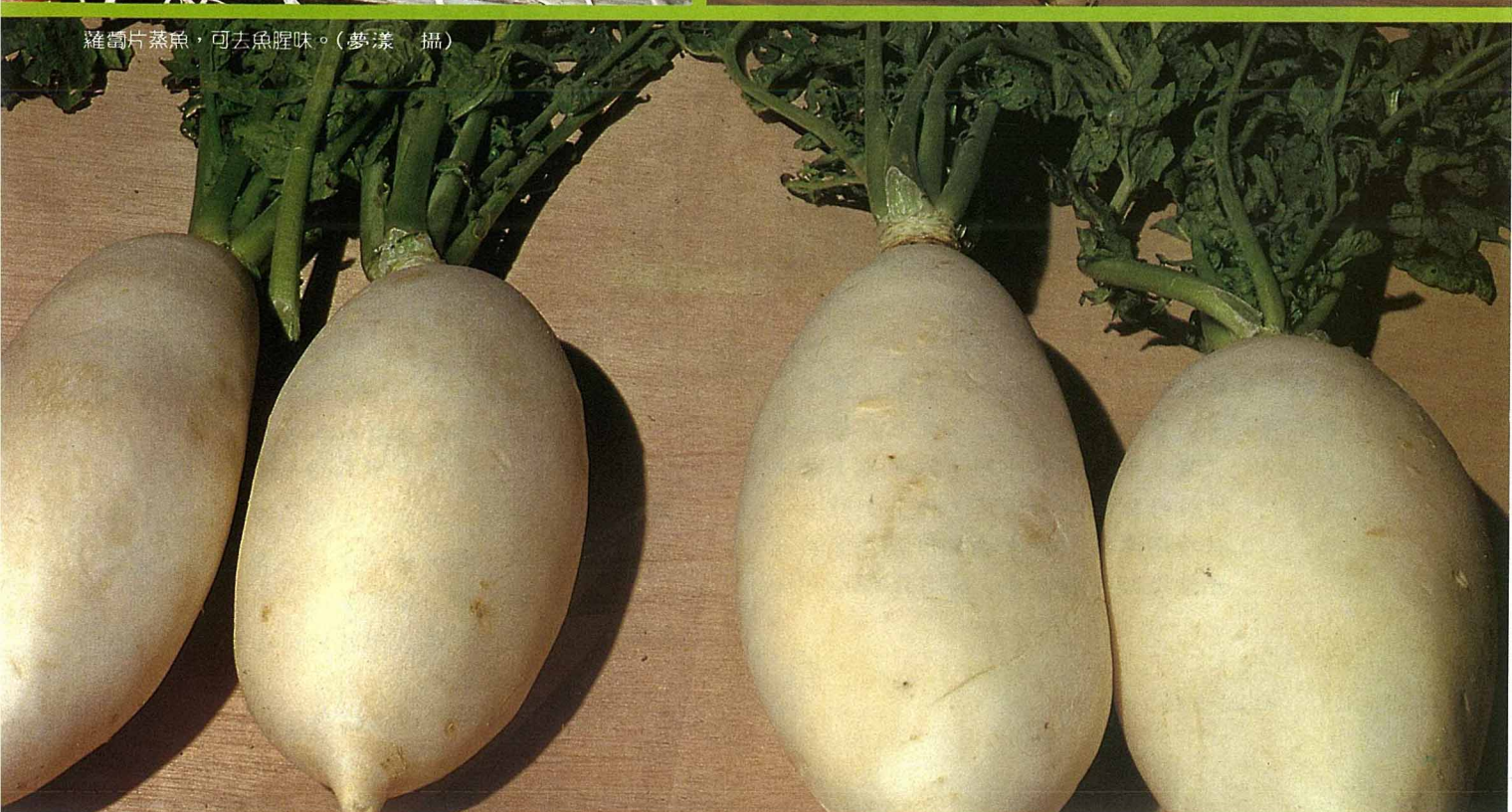
籽仔蘿蔔數量最多(王禮陽 攝)



紅蘿蔔冷天較多，可作裝飾。(王禮陽 攝)



青蘿蔔有辛辣味，常作為泡菜原料。(夢溪 攝)



蘿蔔片蒸魚，可去魚腥味。(夢溪 攝)