



木耳太空包

文圖／見晴

# 黑木耳

## 桌上珍饈 鮮品利胃

中埔鄉菇類產銷班班長羅炳泓先生建議消費者，選購生鮮木耳不要刻意去要求外表的顏色，要挑選蒂頭新鮮、觸感硬的木耳，就是品質好的木耳。



曬木耳



乾木耳



木耳酸辣湯，夠味！



中埔鄉黑木耳由產地直接供銷全省超市

**木**耳在台灣是吾人常吃到的佳肴，它原本野生於枯木頭上，分類上屬於異擔子菌類，它的子實體外形如人耳，故名副其實叫它“木耳”。它的顏色有紅、黑兩種，背面為淡灰黑色，質軟。

昔日，為了生產木耳，人們將木耳菌植入木頭內，然後按一定時間澆水，保持濕度即能生出木耳來，雖然產量不少，但搬運木頭總是麻煩之事。於是近年來，農業科技研究員將木耳之生產法改變，利用裝木屑之太空包，取代枯木頭，個體小，管理方便，產量高，品質佳。

本省種植木耳最多的是嘉義縣中埔鄉，據該鄉菇類產銷班班長羅炳泓先生表示，中埔鄉黑木耳栽培面積有23公頃，一年生產太空包2200萬包，相當於150萬公斤的生鮮黑木耳。每年入夏以後至過年以前這段期間，中埔生鮮木耳的市場供貨量佔全省2/5強，堪稱本省最大木耳產地。中埔鄉每天所生產的生鮮木耳超過市場所需，因此，產量的1/3乾燥後，外銷日本為主。

由於中埔鄉種植木耳都是以溫室栽培，溫度、濕度可完全控制，因此，全年皆可生產。木耳植體以太空包為主，每分地溫室可種6萬包，包與包之間隔不能太密，否則會影響木耳產量。木耳生長期間，菌室溫度應維持在攝氏25度左右

，相對濕度為75。當菌種植入太空包後，約1個月可開包，18天後採收。採收期長短和氣候有關係，夏天約2個月，冬天則可達3~4個月。

羅班長表示，中埔鄉由於天候適合木耳之栽培，因此與農試所及新竹食品工業研究所均有合作試驗栽培的計畫。中埔所產黑木耳直接由產地供銷全省各地超級市場，市場佔有率約35%。分成兩種包裝：家庭號小包裝150克/12~15元，1公斤裝/45~55元。在挑選木耳時，以生鮮品較佳，因為生鮮木耳的中間部分有膠質，對胃腸有幫助，一旦乾燥後，膠質便被破壞。羅班長特別要告訴消費者，選購生鮮木耳不要刻意去要求外表的顏色，要挑選蒂頭新鮮、觸感硬而不柔軟的木耳，就是品質好的木耳。

木耳是一種味和而甘的中藥，能益氣補身，有活血、止血、止痛的效果。在日本更傳說能調節身體內的新陳代謝，有美容養顏之效，所以他們很愛吃木耳。本省木耳吃法以煮熟食用，而日本却將它洗淨，沾芥末生吃，口味獨特。

木耳含有人體所需的磷質，無特殊氣味，質地爽脆，在中菜是一很好的佐料，可配上任何菜類或各種肉類，做煎炒、紅燴皆宜，煮酸辣湯則更夠味！