

茭白筍

潔白小巧的筍體，質地柔軟無纖維，味道鮮美，可以煮食，也可生食，長久以來是我國各地的重要蔬菜。

目前省產茭白筍最多的地方，在南投縣埔里、魚池一帶，約佔全省總產量八成左右，每年5～7月，是主要產季。南投茭白筍以青殼筍為多，運輸時總帶著厚重的外包葉，到了消費地才予以剝除，往往造成成本轉嫁與環保的困擾。

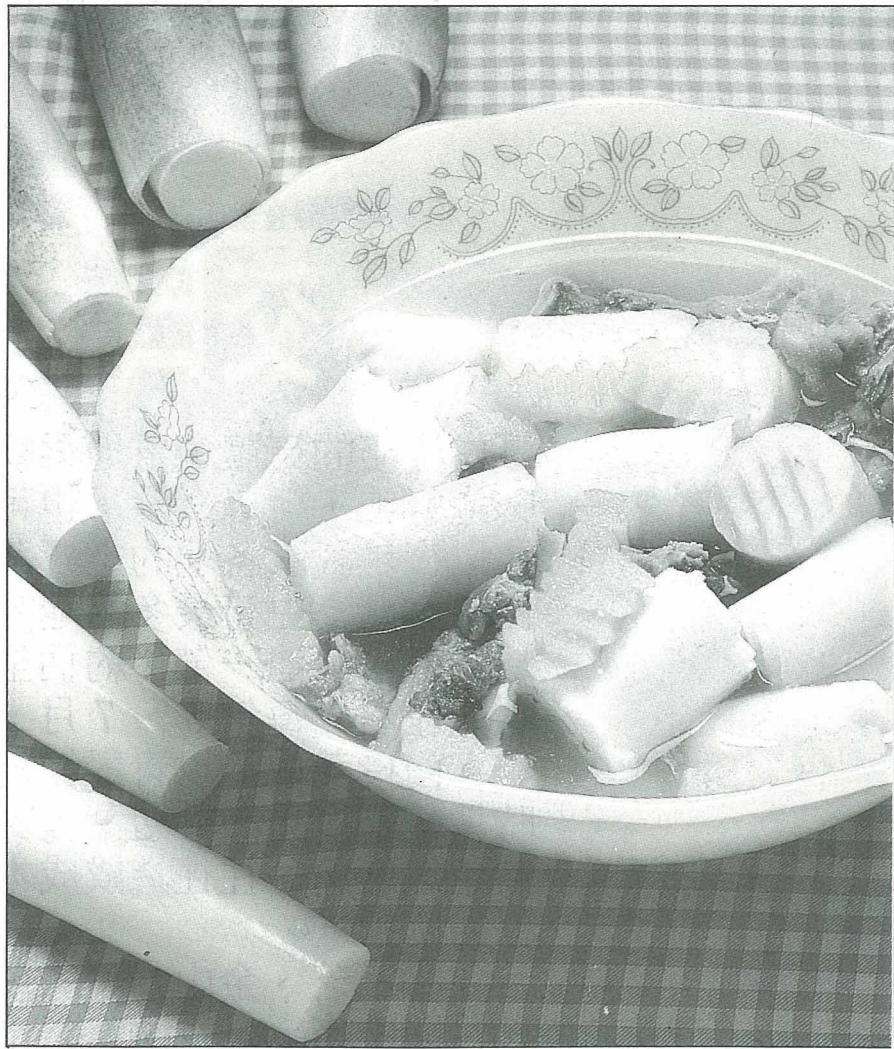
台北縣三芝、金山一帶的白殼筍，在10月間上市，是秋季市場主力。三芝鄉茭白筍的特色是在上市前全部剝除外包葉，並分級包裝，經預冷處理後進入冷藏庫，然後按日調節出貨量。不帶外包葉的茭白筍，批發商特別中意，批發價高，生產者也獲利。

世界各地的人種，或因種族的
世的不同，或因文化傳承的
差異衍生了許多不同的生活習
俗。以天然植物的使用來說，
各地的使用方式，確實可以反
映許多差異。例如雛菊類，舉
世多做花壇園藝栽培；唯獨我
國，却能夠培育出供食用的菊
花，也就是茼蒿。又如一般花
卉，在世界各地，不外乎觀賞
之用，法國却能運用不同的花
瓣，精煉出傲視全球的巴黎香
水。

在這樣不同的使用方式下
，茼白筍也有一項特異之處，
那就是同樣的植物，東西方都
有人吃，只是，食用的部位並
不相同。在我國，一般人食用
植株膨大肥美的嫩莖；在北美
洲，却有許多人食用植株於秋
末抽苔結穗，成熟後採收的子
實。

菰筍與菰米

茼白在我國，自古稱為「
菰」，是一種巨大的禾本科水
生植物，野生於我國、安南、
緬甸等各地沼澤池塘區中。此
外，北美洲溫帶沼澤地，也是
菰的原生地，且分佈得很廣。
奇特的地方，在於原產我國以
及中南半島的菰，總是伴隨著
菰黑穗菌。當這些黑色的菌種
，寄生在菰的嫩莖之後，刺激
莖部而生成肥大的嫩莖，我國
以前稱為「菰首」。其質地柔



茼白筍肥美的嫩莖，是中國人的美食。

軟無纖維，其味鮮美，可以煮
食，也可以生食。因而長久以
來，是我國各地的重要蔬菜。

菰首因為採自泥中，像似
竹筍，後來改稱為菰筍。到了
我國盛行小腳的年代，姑娘們
纏腳布大體上使用白色布條，
綾羅也好，棉布也罷，都是白
布，一般俗稱為腳白。事實上
，女性在解除腳布之後，露出
來的也正是未曾經過日照洗禮
的白色小腳。菰筍在剝除層層
外殼之後，露出來的，不也就
是白色小巧的筍體麼？因此，
由菰筍又一變為腳白筍了。

小部份生長於我國的菰，
却是和生長於加拿大荒原的菰
類一樣的，沒有受到菰黑穗菌
的寄生。這一來，莖部沒有刺
激，只好一個勁的往上長出。
到了秋天，抽苔開花，進而成
穗結實，有如稻谷。在去除外
層粗礪薄殼之後，內藏略呈三
角形米粒，在我國稱之為菰米
。在北美洲，稱為「野米」
(Wild Rice)，或稱「黏米」
(Weld Rice)，這才是北美
洲食用菰的部份。依據我國醫
書的記載，菰米是胃弱病患極
佳食品。



茭白筍產地

省產茭白筍，應該是早期移民攜入，始於何時，未有確實記載。目前生產最多的地方在南投縣的埔里、魚池一帶，約佔全省總產量的八成左右。每年5至7月，是主要的產季。8月以後，就漸漸減少了。隨後10月間，台北縣的三芝、金山一帶的產品上市，成為市場主力。除了這兩處主產地之外，宜蘭縣也有部份生產，而台中縣和嘉義縣則有一些零星園地。

南投的茭白筍

南投縣的茭白筍，以青殼筍為多。其筍支外皮為淡青綠色，筍體較為緻密些。也許是運銷設備的不足，筍支運出時，總是帶著厚重的外包葉，到了消費地才由經營業者予以剝除，得到鮮麗的筍支，再行銷售。而其結果，一是造成了消費地的果菜廢棄物垃圾，增加社會環保的困擾；而更糟的，則是由於消費地剝除外葉，造成的損耗與投入的人工，必然要有所轉嫁。而這些外包葉所佔比率，往往高達總重量的六成，這使得消費者購買茭白筍的價格，通常高達生產者獲得價格的4~5倍。

以台北果菜交易為例，正常時候，茭白筍的批發價格約為每公斤20元，扣除一些必要的運銷費用之後，生產者每公斤約可淨收18元。一般批發市場的批發商，兩人一組時，每日約可處理1500公斤茭白筍，損耗六成，實得可出售的茭白筍，只有600公斤。於是原先以每公斤20元購入的茭白筍，不加其他費用時，可出售的茭白筍，每公斤成本已成為50元了。加上批發商為了養家糊口，以及僱工等營業必要費用，而後又是零售商的費用及利潤等，到了消費者購買的時候，每公斤總是在70~80元之間，

有關鳳梨品種的補充說明

8月份封面故事，鳳梨一文刊出後，獲高雄縣鳳山市的熱帶園藝試驗所林榮貴先生指正，除了感謝林先生的熱心之外，並將寶貴意見轉介如次。

一、鳳梨四大家族

林先生認為這個標題不妥，因為在來種已很少見，不能算是一個大家族。倒是開英種，確實可以分若干個品系，但與原文沒有太大關係，也就不必再談。

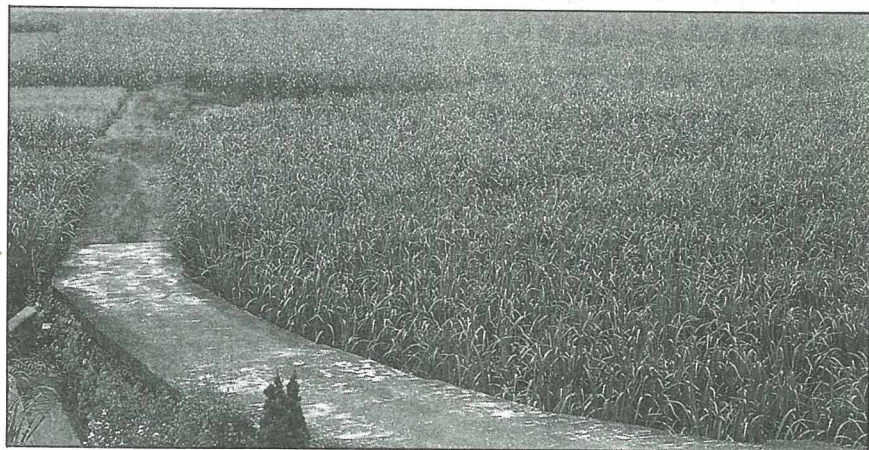
二、台農四號鳳梨

這一品種是由台灣省農業試驗所嘉義分所培育成功，拙作誤為嘉義農改場，這當然是應該訂正的。

三、台農十一號

拙作誤為台農四號之改良種，事實上兩者互無關聯，純為獨立改良品種。而兩者之間，最大的不同點，除拙作已說明的花粉香氣之外，台農十一號的果目較凸出一些，整個果實則較小一些，而含水分則較多一些。

不帶外包葉的茭白筍，
批發商特別中意，
批發價格亦高。



南投縣的茭白筍田(見晴 攝)

正好是生產者所得的4~5倍。

科學的發展，日新月異，也許那一天，南投的茭白筍，能找到有效的運銷方法，把外包葉預為剝除，再行上市。留在產地的外包葉，可以做為改善土壤之用，也可免除消費地垃圾負擔。更重要的，將可使得生產者的收益提高，而能拉近與消費者支出的距離。

三芝鄉的茭白筍

台北縣的茭白筍和南投產品不太一樣，是白殼筍，外皮為乳白色，品質優良。有一部份為赤殼筍，或稱花殼筍，外皮乳白色而有紫紅色斑紋，筍支比較肥大，但有時膨大過度，致使筍體產生鬆弛現象，風味就差一些了。

台北縣的三芝鄉，由鄉農會主導辦理茭白筍共同運銷，非常成功。該鄉所有茭白筍生產者，全部加入共同運銷組織，進入產期後，採收的筍支，在剝除外包葉後，全都交付予農會。農會在分級包裝之後，經由預冷處理而後進入冷藏庫，以後按日調節出貨量，使得市場上的供需，維持相當程度的平衡。

由於三芝鄉的茭白筍不帶外包葉，批發市場的批發商特別中意，批發價格總是維持在每公斤40元左右。而較高的購買價格，從損耗的減輕以及人力投入的免除，不僅能夠回收，還得有剩餘。另一方面，三芝鄉的生產者，在獲得合理的價格報價後，對於生產茭白筍

，更產生了一份執著。每年10月份，全鄉遍地可見到茭白筍田。

選購茭白筍，以筍體豐滿，表皮亮麗，無老化皺縮者為佳。而如筍支軟化，不夠堅挺，是為存放過久的現象，品質必已受到影響。又如為赤殼筍，逢筍支特別豐滿肥大時，最好看看底部切口面，如有鬆弛或空心現象，品質不能算是一流的。

有時，茭白筍內部會有許多黑點，這是寄生在植株莖部的蒜黑穗菌。雖然這些菌體在烹煮之前，都是活動性的，而且這些黑點委實不雅觀，但純就食用安全來說，倒也沒有什麼問題。只是帶有菌體的筍支，或許是發育較不完全，質地稍欠柔嫩，風味當然也就欠缺了一些。

選購的方法

一般說，秋季以後的青殼筍，比較容易發現黑心筍支。因此購買青殼筍時，如果表皮青綠色特別濃，則易有黑心現象。此外，帶黑心的茭白筍，表皮光澤比較不夠，多做比較，也可以分辨出來。而最簡便的方法，則是看看底部切口面，是不是有黑點。但是，蒜黑穗菌是活性的，又不喜歡光線，切面殘留的黑點，會往裡部侵入，如何從底面看到黑點，恐怕還得和販售的人，交涉一番的。

◆
<茭白筍食譜請看20~21頁>