

香藥草系列

文圖／蔡政純

指導／邱年永(中國醫藥學院中國藥學研究所教授)



提起羅勒，大家的印象或許顯得陌生，事實上羅勒就是本省民衆所熟知的九層塔。根據本草學的記載說，北方人為了避五胡十六國後趙明帝石勒的名諱，改羅勒名叫蘭香；李時珍也說：為了避石勒名諱，羅勒改名香菜，一般人又因為羅勒子是治腎的良藥，所以也叫羅勒為醫子草。而羅勒的花序形態呈層層輪織狀，有如高塔層層疊起，所以本省全區通稱為九層塔。

食品調香聖品

本省栽培羅勒主要做食用菜蔬及調味用，通常在烹食海鮮、茄子、蛋類食品時，都要加入少量的羅勒葉，使烹煮的主食更具香味和綠意。而麻油清炒羅勒或

羅勒 *Ocimum basilicum* L. 唇形科

九層塔

羅勒煮酒加蛋，則是本省婦女最普通的補養食品。

中醫方面，以羅勒全株做藥材之用，通常拔起全株，風乾。根稱羅勒根、九層塔根。秋天採收種子，篩去泥沙雜質、曬乾，稱羅勒子。藥方中多以羅勒根治風筋骨酸痛、小兒黃爛瘡；莖、葉為疏風行氣、活血、解毒、月經失調、跌打損傷、皮膚濕瘡等症；以羅勒子治療眼疾，如睫毛倒入，眼紅多淚屎、目瞶等。

人類食用羅勒的歷史相當悠久，除了中國人有利用羅勒做藥物的記載外，希臘人、阿拉伯人均有使用羅勒治病的記錄。而西方人更充分利用羅勒全草所含的香料成分，作食品調味香料及日用化學品香精調香原料。

芳香油用量多

通常食品工業以羅勒的鮮葉和精油作原料，主要用在調味料、調味汁、醋、罐頭食品及焙烤食品當中，使食物更具風味。

至於日用化學品方面，由於羅勒具有清甜的茴香、辛香、酒香、草香，並兼有膏香和木香韻味，所以香氣持久留長。配合花香型的配方如玉蘭花、葵花、金合歡、紫羅蘭、桂花、百合、黃

水仙、木樨草等，有提升調香作用。若置於醛香型、青香型及古龍水中，則可給人優美的氣息。另外能給防風根油、香檸檬油、香紫蘇油等，作極好的協調作用。所以羅勒芳香油的使用範圍廣，用量也多。

增添生活趣味

羅勒對生長環境的適應性極高，對溫度、陽光、水及土壤等生態因素的要求不高，不論在熱帶、亞熱帶及溫帶地區均可正常生長。本省全境少量栽培，主要做菜蔬之用，和歐、美、摩洛哥、印尼等地大量栽培供作香料原料的目的截然不同。

以菜蔬為目的之採收方式不受雨露的影響，但為榨油的話，宜在開花期時進行，且不宜帶露水採收，否則不僅出油率不高，油的品質也大受影響。

至於用作調味品的葉子，可在陽光下曬，或在40°C以下的暖房中進行乾燥，可以保留葉子原有的綠色和香味。

食用、藥用之外，乾燥後的羅勒花、葉等，可切成碎狀，置入布袋或通透性良好的容器內，自然散發優雅的香味，是平淡生活中的另一趣味。