

芹菜管 新園飄香

冬春季節上市 · 高纖保健蔬菜



■芹菜管是新園鄉農民的最愛

屏東縣新園鄉緊鄰高屏溪的出海港口，十幾年前是屏東縣相當著名的蘆筍產地，近年來，儘管蘆筍的栽培面積大為銳減，新園鄉的蔬菜產量仍在屏東縣佔很重要的地位。尤其是葉菜類蔬菜，栽培面積經年維持在60~70公頃，若依複作8~9次計算，一年的栽培面積即達600~700公頃，其中，芹菜約佔了1/6。

新園鄉芹菜栽培的歷史至少50年以上，而且品種奇特，為其他縣份少見。依據文獻記載，芹菜主要分為二大類，即在來種與西洋種。

在來種的土芹菜香味較濃，主要供炒煮；西洋芹的香味稍淡，葉柄肥胖，生食為主。新園鄉生產的土芹菜也有兩種，一種是「細梗芹菜」，即平常當作調味料的芹菜，農民俗稱「白菜種」（葉色淡黃）；另一種是「粗梗芹菜」，專供炒食，亦可當生菜沙拉生食，農民習慣稱為「芹菜管」。

「芹菜管」依葉片顏色不同，再分為二種，顏色較濃綠者農民稱為「青骨仔」，顏色呈淡黃者，農民叫作「交合仔」。

芹菜性喜冷涼氣候，在台灣南部，主要產期從每年10月起，至翌年4月之間。繁殖採播種法，栽培土質以富含有機質之砂質壤土或壤土為佳，排水及日照需良好。初期生長緩慢，長至20公分高後，成長會加快，一般說來，芹菜從播種至採收，約需3個月。

「芹菜管」是新園鄉蔬菜農民的最愛，因為新園鄉所有的葉菜類中，最賺錢的就是「芹菜管」，現已成為新園鄉最有特色的農產品。

儘管「芹菜管」是新園鄉的特色農產品，但在產銷方面，一直沒有團隊組織，直到83年底，在高雄區農業改良場助理研究員楊文振熱心奔走，以及新園鄉農會積極合作下，才正式成立「芹菜產銷班」，開始班務運作，從此打開「新園芹菜」的知名度。

楊文振表示，芹菜雖原產於歐洲，然而，在中國卻有相當久遠的栽培歷史，至少在西元前二世紀以前即有種植。1972年，在大陸湖南省出土的漢代古墓中發現的殘存食物裡，就發現有芹菜，同時還以竹簡記述芹菜的烹調方法。

芹菜香氣濃烈，有工廠利用它來製造香油。芹菜的特殊香氣，主要來自香芹樟腦，香芹樟腦在香芹精油中佔18.3%，至於它散發的管道，是藉芹菜的根、莖、葉之薄壁細胞組織中，有細長狀的油管，油管束和維管束的多少，有密切的關係，維管束愈多，油管就愈多，該部位就愈香。芹菜香精油（香芹精油）的取得，通常利用水蒸氣蒸餾法獲得。從果實萃取的香芹精油，稱「芹菜子油」，由莖葉萃取的叫「芹菜油」。前者量較多，供食品香精用，後者除當食品香料外，還可供香水用。

楊文振指出，芹菜因性喜冷涼



■新園芹菜，冬春季節飄香。



■土芹菜「細梗芹菜」，提供調味。



■土芹菜「粗梗芹菜」，提供炒煮或生食。
新園鄉農民俗稱「芹菜管」。

，因而盛產期在春、秋、冬季，夏季要在中高海拔或降溫設施下才容易生長。栽培芹菜的最大問題是不能連作，芹菜採收後2年內不能在同一塊地播種栽培，必須找近2年內，未種過芹菜的農地，否則生長、產量、品質會降低，這種現象，可能和芹菜根部的某一分泌物有關。

新園鄉農會推廣股郭江河股長表示，由於芹菜無法連作，本省的芹菜栽培面積，堪稱穩定，很少發生價格暴跌的情形。中南部的雲林西螺、屏東新園等地，是芹菜的主要產地，為了提供北部消費市場最新鮮的芹菜，產地的農民把芹菜分裝後，通常要加鋪碎冰保鮮，才不會在長途輸運時損失了芹菜的新鮮與香氣。

鄉

關於芹菜

一般人對芹菜的觀念，是三餐料理備用的調味菜，而非餐桌上的必需蔬菜。其實，芹菜也有專供炒食的品種，口味絕不輸於其他的蔬菜。

芹菜屬繖形花科一、二年生草本植物，通常分水芹、旱芹、香芹三種。目前，台灣栽培的芹菜，以在來種為主，西洋芹因口味特殊，味道清淡，栽培面積不多，倒是南投縣鹿谷鄉、嘉義縣阿里山鄉與竹崎鄉山區，有一種山芹菜，炒煮的味道，也很鮮美。

在來種芹菜，可分為二種：細梗芹菜（白葉種）、粗梗芹菜（芹菜管）。細梗芹菜香味濃郁，但梗細且瘦，較不適宜炒食，只當調味用，然而本省卻栽培最多，以致國人誤以為芹菜只宜扮演調味的角色，其實，粗梗芹菜粗胖細嫩，纖維少，炒煮後，色、香、味俱佳，尤其是拌花枝（或魷魚）、蝦米、鯊魚肉混合炒，更是對味，令人口齒留香。

芹菜是一種特殊的香辛作物，有些人卻對它產生排斥，而不敢食用，其實，芹菜的營養價值極高，若放棄此一美味佳品，的確是太可惜了。

建議參考資料：

1. 鄉間小路月刊83年2月號「芹之香」
2. 「台灣農家要覽」農作篇（二）



■香芹炒肉絲

■芹菜香菇



芹菜的營養價值

芹菜富含維他命A、C、B₁、B₂，以及大量的鉀、鈉、鈣質。平時當作菜餚食用，具有清潔血液，平衡血壓的作用，不過，芹菜生汁含硫極多，所含鹼性元素有鉀、鈣、鈉、鎂、鐵，是一種很強的腸胃清潔劑，不宜單獨飲用，如果配合其他蔬果生汁混合飲用，例如胡蘿蔔汁、菠菜汁等，則對血液有再生的效用。



種芹菜管的郭水銓

屏東縣新園鄉農會芹菜產銷班班長
專業栽培蔬菜近30年

種芹菜的秘訣：

第1期水稻收割後讓農地休耕，
到農曆6~7月整地、播種芹菜，
約70~75天即可採收。
生長期間要「趕肥趕水」，
即施肥、灌溉要適時適量，
否則芹菜管的纖維容易老化，
長得不夠「帥」，賣相就差啦！