

挖地瓜的經驗

小時候，很多人都有挖地瓜的經驗。不論是在自己家的田地，或是到同學家，或是到河床地偷挖。然而現在住在都會的小朋友，要做到前面三者的任一項都很難，更別提偷挖被追的累、回家被毒打的痛，這些經驗簡直是現在兒童的大夢，當然偷挖地瓜，永遠是不對的事。挖回來的地瓜埋在灶灰中，到了晚上睡覺前就有一頓好吃了。就算一直沒被媽媽識破偷地瓜的壞勾當，到了吃烤地瓜的香味飄出時，一樣是紙包不住火。不過這事我只做過一次，真的。

吃不完的地瓜發芽了

等到自己長大、結婚、生子，這些經驗已經成了天方夜譚。倒是常常會買一袋地瓜回家，滿足一下豐收的感覺。不過現在家庭人數是少多，每次一定是吃不完。所以我就留下適合煮地瓜飯或烤地瓜的地瓜，挑出那些畸形、太小、難削皮的地瓜，放在一邊等發芽，爾後拿來種。

陽臺種地瓜

我會用一個大一點的花盆，約40公分直徑，將



種地瓜收地瓜葉

我「種地瓜」是為了地瓜

地瓜發芽的一端朝上，間隔約10公分，用培養土壓實種好，澆水。所以約可以種上5個地瓜。然後放在陽臺上，找光線最充足的一方。我想我同學的阿媽，要是知道我在陽臺種地瓜，一定會笑的露出鑲了一半的金門牙說：「這嬰阿是想麥衝啥？」

葉啊！雖然以前地瓜葉都是當飼料餵豬、餵雞鴨。不過現代人可是拿來當菜吃，用滾水加一點油鹽燙熟，拌豬油、醬油、蒜泥，可是一道美味的鄉土菜餚。而且



充滿健康綠意的高纖蔬菜

地瓜葉

■地瓜家族各有各的特色，紅的補血，黃綠的清肝，彩色的大概是吃了心情會變好。

富含纖維質，是很健康的高纖料理。不過只種一盆要夠全家吃是不夠的，得多種兩盆。因為我家陽臺較小，所以每次種的地瓜葉，採收一次都只夠煮一兩碗麵。因此，都是當兒子下課的點心吃。

兒子每次吃到我這都市農夫的收成，都會很興奮的說：「媽咪，我覺得我們真像農夫耶！每次都有收成，特別好吃。」我想這就是當生活與農業真實發生關係的樂趣。

塊根營養豐富

地瓜的地下根是屬於塊根，含有豐富的澱粉。所以種成盆栽時，就算是生育條件都很差，還是能長好一陣子。因此，不必特別的管理，只要保持培養土的濕度，澆水的判斷依培養土的乾濕，通常是表面乾了再澆。一般用培養土種植的盆栽，澆水的原則也是如此。

澆水只要保持培養土潮濕的狀態，不要呈現浸水的樣子，要不然地瓜還沒長葉，就已經先泡水給泡爛掉了。因為，地瓜本來就是喜歡通氣、排水良好的栽培介質。

如果種的是已經開始發芽的地瓜，那每天都明顯的可以看到地瓜葉不斷的向上伸展、變色。如果種的是還未發芽的地瓜，就要等上一個月，才開始會有動靜。

催芽的方法

因此，如果不想等太久，可以先用杯子裝一點水，把地瓜

架在水面上，濕氣就可以讓地瓜快快長芽。如果杯口太大或太深，可以用牙籤，淺淺的插在地瓜上，當成支架，就不會整塊地瓜都淹到水裡。

至於栽培過程需不需要施肥，要看打算收多久而定。如果



懶得施肥，也沒關係，塊根中的養分，足夠生長一段時日。如果希望產量高一點、採收期長一點，就需要施肥。

緩效性肥料來幫忙

施肥施用緩效性肥料最好又最省力的方法。緩效性肥料的種類很多，雖然大都是化學肥料為主，但做成顆粒狀，外包半透性的樹脂膜，樹脂膜上有小孔，肥料能逐漸隨每次灌溉澆水時穩定的溶解而釋出，所以比較不會擔心施肥太多或太少的顧慮。而且有些緩效性肥料的肥效能持續長達8個月以上，也就是說可以8個月施一次，這樣是不是真是便利，而一般以肥效能為持3到5個月的種類最適當。通常包裝上會有一些說明，只要依樣



■當作插花一樣禮遇，地瓜的時代意義真的不同了。

■這是我種地瓜收的地瓜葉，成本很高，但代價也很值得。

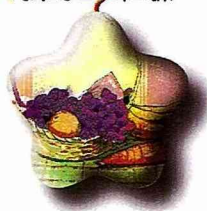
照做就可以。是消費者最簡單的肥培方法，也適用其它花卉的栽培用，是很標準簡便的懶人施肥法。

葉用甘藷

雖然什麼甘藷的葉子都能吃，其實還是有葉用專門的品種，吃起來特別柔嫩、草腥味淡的幾乎不像吃地瓜葉。因此不只是燙來吃，也可以用鋁箔紙包起來，直接烤來吃，更是甜美。

甘藷葉的顏色其實很多，光是綠色就有深淺的差異，更和沉鮮黃綠、深紫紅及彩葉。基本上都是可以吃，尤其是我們家常常採彩葉的來吃，煮味增湯、燙炒都非常美味，而且質地細緻。只是生長的很慢，一般人都拿來觀賞，捨不得吃，而我常常一忘了買青菜，那怕是種在花圃裡「看水」的彩葉甘藷，馬上身價暴跌。保證一吃難忘，您家的彩葉甘藷也要遭殃了。

我的巴魯經驗



美麗的吊盆

如果不想種地瓜葉來吃，當做盆栽也很美麗。地瓜葉及莖長時，會自然呈現懸垂的線條，非常柔美的感覺。所以，種成吊盆也很適當。如果都沒有現成適當的花盆，用水栽也一樣能欣賞美麗的葉姿。

有天到農戶經營的咖啡屋，赫然看到用地瓜嫩芽，當插花裝飾桌子。泡在玻璃瓶裡，還長出

了根，可見識到這是多實用的實際。

蕃薯飯的歲月

經歷日據時期，上了年紀的人，常常會說以前農家的生活有多艱難困苦。我國中的數學老師，是苦讀出身，又依著寡母長大。後來當然等他工作後家裡的狀況是改善了許多。但上課時，一看我們不好好學，就常常說，要考試考好，才有一碗白米飯吃，要不然只能吃蕃薯飯配菜脯，其中包含了多少辛酸。然而現在的小孩卻以為那是到餐廳享受的好料呢？

雖然，因為經濟活絡發展的結果，困苦的物質時代過去了。



■拌燙地瓜葉時，別忘了加一匙蒜末、一勺豬油或麻油，充滿鄉土的滋味。



■地瓜葉切細煮麵線湯，是夏日裡很清淡的點心，涼了也一樣好吃。

但是，卻也常常覺得一些生活的內涵及重點也隨之衰退消失。於是，價值觀、道德觀都起了變化。至少種一些地瓜吧！讓這一代的孩子，還能了解地瓜是長在地底的吧！

◎

蔬果芬芳錄

Aroma Within My Memory



作者：蔡平里

台灣大學園藝系教授

定價：300元

另附掛號郵資45元

豐年叢書·最新出版

蔬果芬芳錄

Aroma Within My Memory

內容／12種有香味的台灣蔬果：柑桔·芹菜·番石榴·洋蔥·鳳梨·薑·芒果·辣椒·柿子·香菜·香蕉·茼蒿

榮譽／第四屆李國鼎通俗科學寫作類第二獎
86年台灣省政府新聞處報導文學類優良作品

贈品



香辛類蔬菜食譜

豐年社



台北市溫州街14號

郵政劃撥0005930-0

豐年社

服務電話：(02)362-8148 分機30