



月桂樹一身是寶

學名：*Laurus nobilis* L.
 英名：Baytree, Sweet Bay, Laurel, Victor's Laurel, Poet's Laurel, Grecian Laurel
 別名：榮冠樹、月桂、祝捷樹
 植物分類：樟科
 園藝分類：常綠性灌木或小喬木
 原產地：南歐地中海沿岸
 花色：淡黃色
 花期：春至夏季
 用途：食用、藥用、切花、盆栽和庭園露地栽培



■月桂樹的枝葉芳香撲鼻，被視為有靈氣的樹木而受到讚賞。

這種原產於南歐地中海沿岸的強壯常綠灌木或小喬木，埃及人利用的最多，當然它也倍受羅馬人的青睞，因為羅馬人將它視為智慧、護衛以及和平的象徵。

月桂樹可說是古希臘時代榮譽的象徵。由於茂密的枝葉芳香撲鼻，所以被認為是有靈氣的樹木而受到讚美和尊敬，也因此常被作為旅人的護身符，甚至也被作為避邪、避雷和預言家的輔助工具。

月桂葉是歐洲人常用的調味料和餐點裝飾，除

了用在湯中或用於瓦鍋烹調食物外，更可賦予食物怡人的芳香，去除魚肉的腥味。我們都知道，許多著名的香料植物都原產於埃及、印度和中國等整個廣大而神祕的東方，但月桂卻是道地的西方產物，它的故鄉就在南歐的地中海一帶。

在古代，月桂樹是被用來奉獻給太陽神阿波羅的。由於月桂土生土長於地中海沿岸，喜歡幻想的希臘人便運用他們卓越的說故事能力，為它編撰了一個出身來歷：

河神的女兒丹佛妮一心只愛山野森林而不願結婚。有一天，太陽神阿波羅看見了這個健康美麗的女獵人，立刻就愛上了她。

於是阿波羅對她展開了追求，丹佛妮為擺脫阿波羅的追求與糾纏，只好求助於父親，將自己變成一棵月桂樹。阿波羅知道後，既傷痛又愧疚，便抱著月桂樹說：「從今以後你要與我分享所有的榮耀，你將是太陽神的聖木，更是榮耀者的冠冕。」

因此，人們認為月桂的枝葉象徵光榮和勝利，是獻給英雄的最佳獻禮。

後來在奧林匹克運動會上，勝利者便享有戴上桂冠的榮耀。當然所謂的「桂冠詩人」指的也正是詩人中的詩人了。

此外，相傳如果將一片月桂樹葉置於枕頭下，您就可以夢到好預兆。但是最實際的利用方法，還是將它加到湯或醬汁裡，長久以來，追究其緣由，原來是月桂所含的成分如香草醇、桉腦酚、丁香醇等揮發性油，以及單寧酸、苦精等，能促進唾液分泌以幫助消化；但切記，如果是使用新鮮葉片時應酌

量，因它的味道比乾燥過後的葉片要強得多。

在希臘，人們也將月桂葉遍撒於教堂的屋頂上，則大概是利用其香味來驅除蟲菌吧！所以，神話中的醫療之神阿波羅就常被人們與月桂樹聯想在一起。

特性

月桂屬於樟科月桂屬，本屬只有兩個成員，其中以 *Laurus nobilis* 較為常見，是歐美各國常用的賦香原料，但在台灣則較不易見到。其屬名 *Laurus* 為「常綠」之意，種名 *nobilis* 則為「高貴」的意思，所以月桂也就是一種常綠且高貴的樹木。

月桂為常綠灌木或小喬木，在較溫暖的地區可長至十至十二公尺以上。枝條密生，分枝性強。葉面光滑，具香味，互生，革質硬挺，呈長橢圓披針形，幼葉淡綠稍帶紅褐色，老葉則呈濃綠，長七至十二公分，幅寬二至五公分，波狀緣。春夏間自葉脈間開出淡黃色小花，雌雄異株，為繖形花序。花後可結出深紫或黑色形如櫻桃的卵形漿果。

除了月桂樹外，尚有金月桂 (*L.nobilis* "Aurea")、窄葉月桂 (*L.nobilis* "Angustifolia") 等月桂種類。

月桂的花、葉和果實均帶有香味，不僅可做為香辛料和健胃劑，花和果實更可提煉出香精，添加在美容用品上，是一種不可多得的庭園樹。

古代希臘授與競賽優勝者用月桂枝葉做的花環，即所謂的「月桂冠」。當凱撒凱旋回國時，人們便將月桂冠戴在他的頭上，讚美他的功勳，凱撒得意洋洋的眼神，我們至今似乎還能看見。隨著時代的變遷，競技的勝利者、將軍、詩人及音樂家也被授與月桂冠，以代表崇



高的成就。

栽培管理

月桂樹於全日照的環境下，生育最佳，但忌風，所以栽培處必須有防風設施。月桂雖為常綠樹，但如果栽培於盆器中且遇霜害時，將從基部再萌發新芽，所以冬季如遇寒流來襲時，應有必須的防寒設施。對於土質的要求，仍以肥沃的沙質壤土為最佳。月桂樹為雌雄異株的植物，雖然會開花結果，也可利用種子播種，但一般仍利用其枝條於四至六月間進行扦插，高溫多濕的環境下，最容易成活。

功能

月桂是一種全株上下均可供利用的樹種。烹飪用的葉片可能略有麻醉性，但少量使用時可加入酒

汁、派、湯或其他的燉煮食物中，以幫助消化。其木材的特殊香味，可用來燻食物；從果實中所提煉出的月桂油，則可作為某些酒的調味料。葉片的煎汁加入洗澡水中可消除四肢酸痛，稀釋的葉片精油能治療筋骨扭傷和風濕病，但可能會傷到皮膚，使用時必須經過醫師或芳香治療師的指示，方能使用。此外，其葉片也是一種溫和的殺蟲劑。

月桂對消化系統有顯著的助益，可以幫你開胃、消除脹氣、安撫胃痙攣，而且還可以養肝補腎，促進尿液排泄。

前面所提的風濕痛、扭傷或是一般疼痛等，月桂都有減輕症狀的效果，尤其是與玫瑰、杜松油一起調和使用時，效果最佳。當您感到寒冷時，特別適合以月桂為處方，同時藉由它發汗的作用，也能達到

降低體溫的功能。傳染性方面的疾病，對於支氣管炎也有所幫助。

月桂也能調理生殖系統，除了可調節流量過少的月經外，尚可加速生產過程。

對於皮膚方面，是頭髮和頭皮的良好補品，可刺激毛髮生長並去除頭皮屑；據說也能打散瘀血、消炎以及促進傷口結疤並縮小結疤範圍。



■歐洲人常用月桂葉作為調味料和餐點裝飾。

豐年叢書 · 最新出版

台灣花木害蟲

王清玲 · 林鳳琪著

■定價：850元

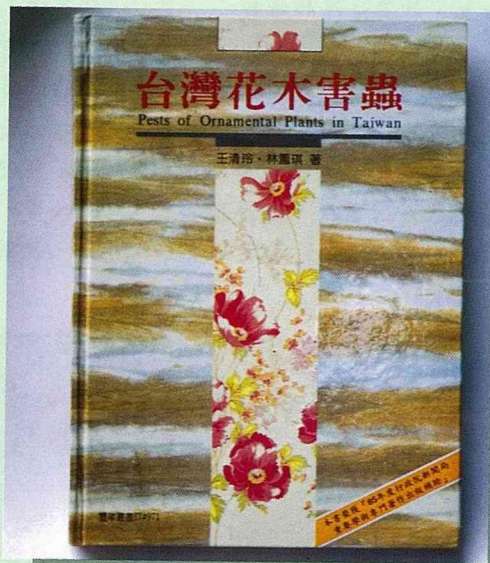
■優待價：700元

■優待期間：86年5月1日至86年6月30日

(每次郵購另加掛號郵資60元)

■主要内容：花木害蟲的發生與為害，害蟲的習性與防治要點，安全無毒的害蟲防治法，以藥劑防治害蟲，花木害蟲各論，花卉進出口的害蟲問題。

■全書264頁，彩色精印，是花卉種植者及園藝愛好者對花木害蟲防治的重要參考讀物。



豐年社



台北市溫州街14號

郵政劃撥0005930-0 豐年社

電話(02)362-81485 轉31