

鄉村無閒草，善用垂手可得的青草植物，融入日常生活，體驗前人的生活智慧。

# 破布子

*Cordia dichotoma* Forst. f.

**俗** 名為樹子、朴子的破布子，屬紫草科的落葉性喬木或灌木。耐旱耐瘠，南台灣土壤貧瘠的石灰岩或緩坡地，處處可見它的蹤影。每年盛夏6-8月，樹上就結滿了串串熟透的小果子，早年在鄉間勤快的農家都會採擷破布子，洗淨、煮拌、加鹽、碗模，製成濃濃鄉土味的破布子丸。遇到颱風來襲，蔬菜青黃不接的時候，破布子拿來煮魚、煎蛋、蒸肉，就是最好的佐飯蔬菜。

因為破布子果實含高量維生素A、蛋白質、礦物質及現代人非常需要的纖維素，餐餐魚肉之外，偶而變化一下，嚐一嚐別有一番風味的破布子，也不錯！台南縣左鎮農會因此選定破布子作為「一鄉鎮一特產」的推廣作物。

破布子可以佐飯開胃，還有鎮咳緩氣的功效。果實變黃色成熟後，將枝條鋸下經2-3天之後熟，再鋪上帆布在枝條上敲打，使果實掉落以節省人工。如不是大面積栽培可用手逐果摘下，去其果蒂，再浸水2-3小時去除澀味，煮熟後涼乾，去種子加鹽做成破布子丸，或加鹽後直接裝瓶，再加入調味料汁保存。調味

料用鹽或糖均可。

全樹都可利用。據說根有行氣止痛之效果。嫩葉煎蛋對骨刺之保健有效，蛋最好用青殼鴨蛋，把破布子的嫩心和嫩葉切細與蛋加鹽攪拌均勻再下鍋，也是一道家常好菜。破布子枝幹或枝條煮水喝可以降尿酸。



破布子苗圃。



破布子嫩葉可食用。



破布子苗。

破布子能開脾、健胃、消脹、解毒。



傳統菜市場偶而可以買到破布子苗，也可扦插繁殖。方法很簡單，只要在冬天破布子落葉休眠的時候，把枝幹或枝條剪下扦插就會成活；扦插2年後就長成大樹，把往上長的枝幹剪除，使其矮化，摘葉或摘果實比較容易。破布子葉片酷似柿子葉，如果對破布子樹不認識的話，最好先請教別人，不要誤採柿子葉。

## 想與青草作朋友嗎？

不可錯過這三本行政院新聞局金鼎獎推薦的優良豐年叢書

豐年社

台北市溫州街14號  
郵政劃撥00059300 豐年社  
服務電話02-2362 8148 分機30  
每次郵購另附掛號郵資60元

### 青草集 320元

介紹金線蓮、八角蓮、蘆薈、化石草、靈芝、枸杞、毛地黃、決明子等60餘種青草植物，彩色精印。



### 經濟植物集 380元

介紹山葵、薄荷、仙草、山藥、辣根、愛玉等36種植物。彩色精印。

### 經濟植物二集 440元

介紹酪梨、西洋參、柴胡、丁香、蒟蒻等28種植物。彩色精印。

