

夏天來種空心菜

兒子的最愛

兒子最喜歡吃的葉菜就是空心菜，老實說很久以後，我還是不知道為什麼？直到現在我努力的回想，才想起大概是因為他在鄉下讀幼稚園的那一段期間，老師常常帶他們參觀附近的菜園，有回他們正好遇見專家在田間選種，並耐心的解說空心菜的種種，他回家之後如數家珍的洋洋灑灑說了一大篇，儼然已經成了個「小蘿菜通」。然後，

我就再跟兒子說了個封神榜裡，紂王要比干挖心證明忠心，妲己賣空心菜破解護心符的故

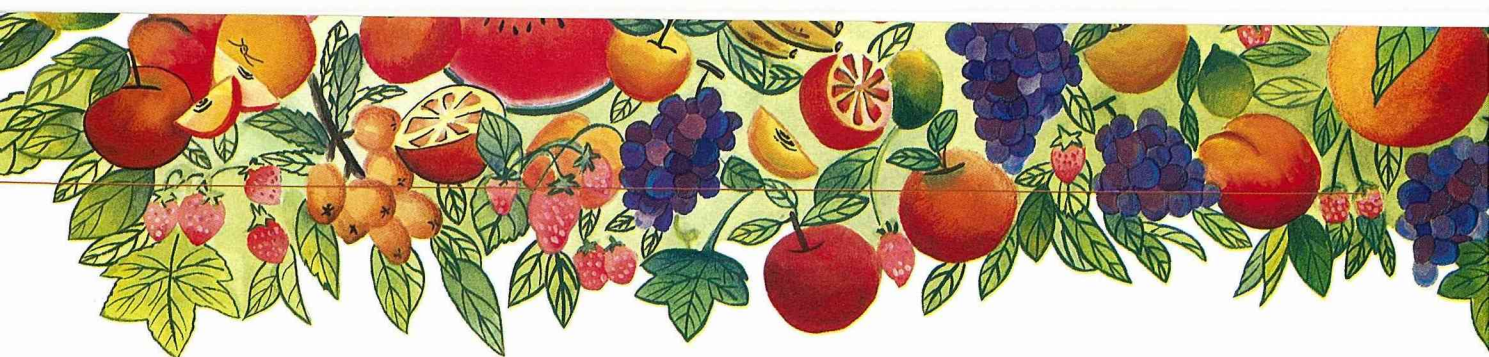


事，他聽的津津有味。從那以後，他每次吃空心菜都特別期待。這件事讓我覺悟千萬不要忽略知識的力量，不要吝於給予非專長領域以外的人任何一點生活啟發的機會，即使是對陌生的小孩吧！

甘藷的親戚

很難想像空心菜會跟甘藷有什麼瓜葛吧！說來令人難以相信，它們都同屬旋花科的植物，不相信等開花看了就知道。空心





菜的花朵就是一朵白色的牽牛花，台中以北到了冬天以後比較容易看到，而在北部的人因為冬季天冷的緣故，空心菜多半無法過冬，多數人還會快口的回答說：「空心菜不會開花吧！」同時這讓人很多年誤它是一年生草本，其實它真的是多年生的植物，喜歡高溫多濕的氣候。在很多的灌溉水溝邊，常常也會見到它野化在外，逍遙自在的長得又肥又壯。這些習性都和甘藷大大的不同，等看過甘藷開花，就知道它們之間果然是關係深厚，可惜更少人見過甘藷開花，真是成了懸案，越說越花。

鄉土的滋味

空心菜是一種非常鄉土的蔬菜，小時候住在南投時，每天傍

晚都會有一些勤快的主婦，用兩個長方形的竹框巧妙的挑著一大堆的「水應菜」，這種空心菜，葉子大莖也粗，幾乎都快有食指這麼粗。不過大家都只挑頂芽、葉片來食用，莖梗就切碎了餵雞、鴨，鵝就比較可憐，都是殘梗整把吊起來就算了，鵝們兒只得昂著頭頸費力的啄著吃。

我們是當時鄰近又是外來唯一沒養家禽的住家，所以空心菜梗還是留下來自己吃，其實它很脆嫩，單獨用鹽醃一下，用來炒牛肉或肉絲、乾絲及辣椒，非常好吃，只是當時很多鄰居都以為這家人怎麼這麼儉省，連鵝吃的都不放過。殊不知我媽媽是和一個廣西朋友學來的，他大概是孤家一人，煮得少吃的少，是把空

心菜葉子摘掉，只留梗，所以我想廣西人和南投人住在一起吃空心菜一定能合作無間，各取所需，配合的絲絲嚴嚴的。

而且在南投時，空心菜是即使沒到晚餐時間，還是會先加小魚乾、蒜頭煮成湯，當點心一樣，因為這樣清清爽爽的綠湯，冷了也很好吃，尤其是夏天，大碗大碗的灌下去，暑意頓時全消，好像灌涼茶一樣。這種習慣好像是成了南投人的「下午湯」文化，一挑籃子的空心菜總是三下兩下，一家一把的很快就賣完了。

這種水應菜是種在湛水田裡或窪地，還有一種方法是種在水塘裡，但因為水太深了，所以是用竹子夾著空心菜苗，像竹排一樣浮在水面，繫條繩索固定在岸邊。現在大概是專業蔬菜區的興起，很少再見人這樣大費周章的種空心菜。倒是新品種標榜狹葉、葉多、口感佳、草腥味低、炒後不易變黑的種種優點，即使是鄉土的空心菜也有它當代的風貌。

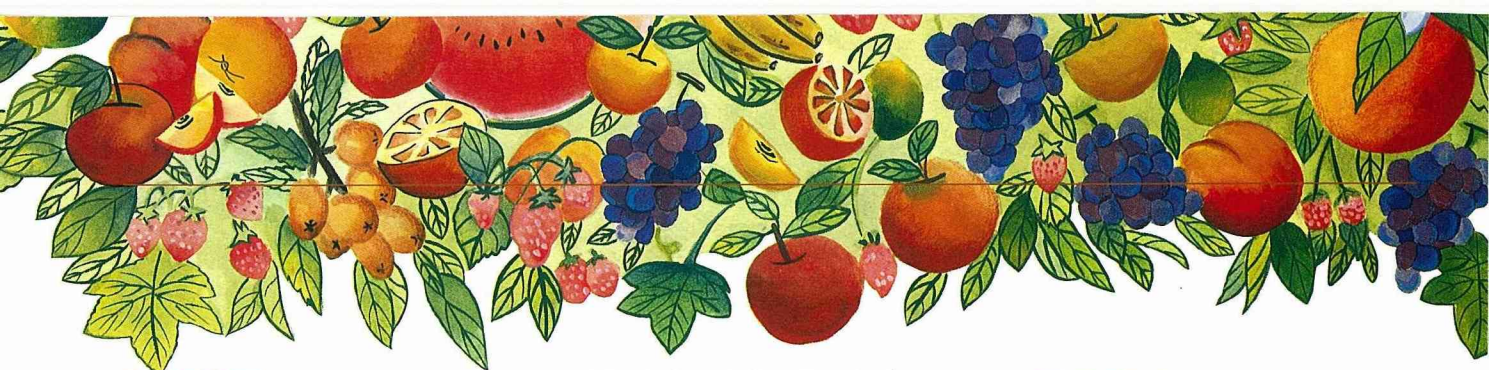


■採收時別忘用剪刀，隨手剪剪就是豐收的一籃。



■雖然只是花盆菜園，也是正正當當的事業，一盤不假。





花盆菜園

住在都會區，越是沒有地方種花種菜，卻越是會想種一點東西。夏天到了菜價也漸漸攀高的時候，來種點長得快、又容易種的葉菜最符合經濟了。可惜只有花盆可以用，但得來想個辦法吧！要不然葉菜的葉片大、蒸發快、天氣又漸漸熱了，傳統的方法連一日三顧忙著澆水就忙昏了，還有什麼收穫的心情嘛！

所以還是老辦法，花盆要大、培養土要最好、成本不重要、水要隨時供應無缺又不必太搭理它，才符合都市農婦的懶惰農法管理守則。因此我都先把花盆一半高的地方用垃圾袋鋪起來，倒扣置一些空花盆，預留當

做貯水槽，然後才放入培養土。播種前種子最好是先充份浸水，讓它吸水吸得飽飽胖胖的，這樣可以省去苗期還得天天照顧的麻煩。女兒最喜歡幫我泡空心菜種子，因為一開始它們都浮在水上，原來空心菜的種子表面有層細絨毛，會包藏一些空氣，讓它浮在水面，隨流散佈繁衍族群。此時，女兒就當它是人工浮雲一樣，東戳西攪的，想像它們幻化的圖形，一下子是鯨魚、一下子又成了長頸鹿，玩得不亦樂乎。



■就這樣幾盆菜園輪流種植，嘿！嘿！夏天不用上市場！

■這個是專家建議的容器栽培，「豪華型」的花盆菜園，應該可以養一家三代都沒問題。



易栽有成

空心菜是最好種的，因為種子好大，粒粒清楚，容易播種，不像細粒的種子，一撒就密密麻麻，難分難捨，只要不太貪心，生手也是一樣能播的均勻。沒一個禮拜就看燕尾般的子葉舒展，接著真葉分化生長，大約20來天，就可以收成了。當然依然是纖瘦型的空心菜，採收時用剪刀齊地剪下，也不用挑揀，切口還有白色的乳汁汨汨的流下，真是十分新鮮吧！和市場上買來的空心菜比較，早就讓人忘卻空心菜還有乳汁這回事。因而這種空心菜採收起來特別開心，雖然只是35公分盆徑大小的花盆，大約正好就是炒成一盤的份量。

然後每隔十來天，又可以收割一次。空心菜雖是可以連續採收多次，可是無奈花盆太小，收穫是次數越多，收量越差，而且連「白銹病」都跟著嚴重起來，它的病徵太明顯了，連業餘如我們，也一看就知道這個病名起得真貼切。

也因此我都收兩次就當機立斷重新再播，反正空心菜種子很便宜。利用這種介於芽菜、水耕中間的種植觀念，就是如此簡單，而且算是真正的易栽有成。

空心菜據說還有一些降血壓、消腫的功效、外敷內服的，不過至少它符合高纖的現代飲食需求吧！而近年流行深色蔬菜抗癌說，它也幽深黛綠呦！

