

■這才是中藥店裡賣的冬蟲夏草。

金露銀條

和

冬蟲夏草

甘露兒

感覺上大概就是這三、四年，每次逛農產品展的時候，最特別的新興蔬菜，大概就是「謊稱」為冬蟲草的甘露兒，又名為草石蠶。這個謊稱，不但真的是一點根據都沒有，而且當有些消費者認真的想問到這是不是中藥裡冬蟲夏草的鮮品時，往往得到更不置可否的回答，簡直是讓它的身世謎上加謎，讓很多好奇的消費者更是糊塗了。

也許不能怪誰弄出這個美麗的誤會、善意的謊言？關於甘露兒的記載的確是不多，在介紹蔬菜的專書中，它也可憐的被歸在莖菜類的尾巴。所以算是一種塊莖，至於植株長什麼樣，也沒見到它的玉照，倒是英名為Chinese Artichoke，直譯意為中國朝鮮薊，難道植株有點相似嗎？然而書上的記載是宿根性草本莖方

形、葉針型對生，分類上是唇形科，和薄荷、仙草、九層塔是一個家族的兄弟。

原產中國

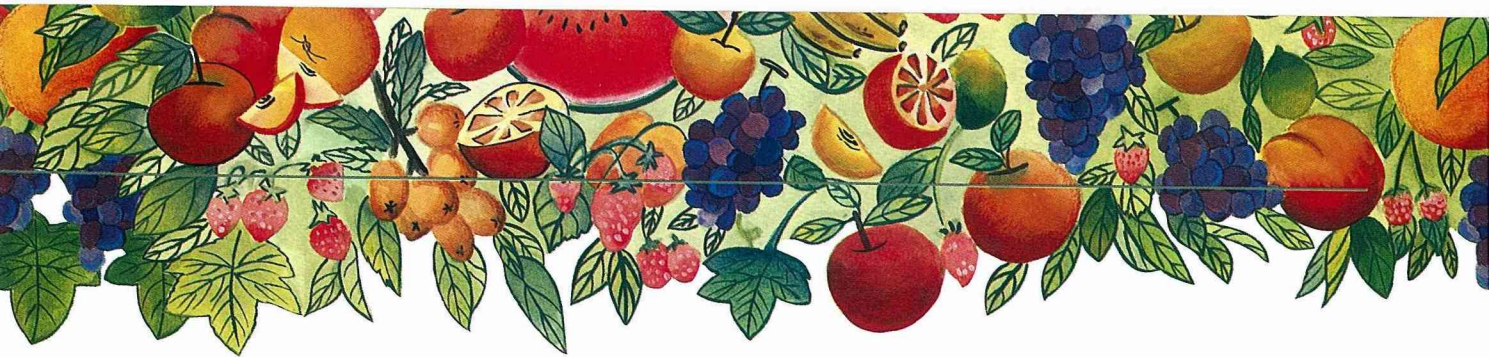
而它竟然是原產中國而且栽培歷史悠久，還傳到歐美、日本種植，還強調它的塊莖不含澱粉，想必是因為一般植物會有這些肥大的組織大部分都是貯藏營養物，其中又以澱粉類為主要的營養貯存狀態。至於營養成份，書中也記載不特佳，跟現在業者標榜為進補有點距離。不過以前的人進補是營養，現在是多吃纖維有益健康，所以不太補也算是現代版的補品。

總之不論它是如何的中國，可惜這形狀奇特的作物不是我們這些「芋仔番薯」的故鄉，在地田中隨便就土生土長的作物。不認識它的底細也就難怪了。



■要不是仔細看，還真以為是一堆蠶寶寶？





書中的珍珠

但我記得第一次對這種「菜」有點模糊的印象，大概是一位老先生（好像是唐魯孫？）寫了一些關於北平風土的書，在寫到當地的醬菜房裡，應季推出的時鮮時，特別寫道這個令他十分懷念「金露銀條」做成的醬菜，形容它是風味甘鮮、口感清脆，狀似臥蠶，別稱寶塔菜。

當時對這個菜自然是毫無想像空間，可以模擬它的樣子，不過當我第一眼一看到這個冬蟲夏草的「抓包」，幾乎立刻肯定它就是書中無緣相見的了。然而以前只是猜想會做成醬菜的蔬菜，大概就像韓

國人的大白菜、我們新埤的大芥菜，一堆一堆堆得比山高的模樣，一定是很便宜又很容易大量出產的農作吧！誰想在台灣農展上，新鮮的它，不但是身價奇高貴得緊，還被當成補品的化身。其實它只是一種植物的貯藏莖，跟冬蟲夏草一點親戚關係都沒有。

冬蟲夏草「菇」？

於是不禁佩服本省的農民，自立自強、有樣看樣、無樣自己想的謀生本領，怎會穿鑿附會的給它這個完美無瑕的身世？更何況本來很多人就已被冬蟲夏草是蟲？是草？弄得七葷八素，不知所以，這下子又跑出個尷尬的私生子。

大學時上昆蟲學及食用菌，老師都爭相提到冬蟲夏草，所以應該說真的冬蟲夏草是一種寄生在蛾類的幼蟲身上的藥用菌。簡單的說，就是以活虫當培養基的菇類。看過冬蟲夏草的人，都只能依稀從乾扁的蟲體看到「蟲」的遺跡，然後「草」的部份就那根棒棒糖似的麥角科肉座菌類的子實體，所以說它是一種菇比較容易想像。

於是，可想而知要在廣袤的地表裡找到這樣微不足道的小東

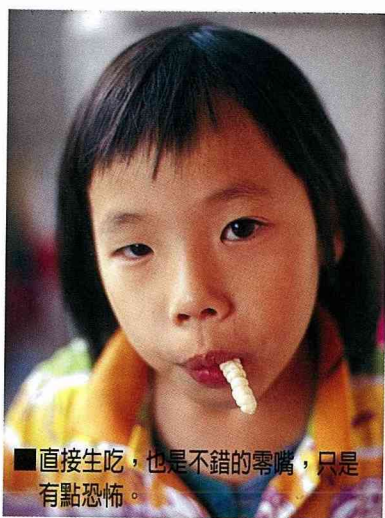
西，而且是在高寒山區四川、雲南、西藏、青海、甘肅這些邊疆的草原、河谷草叢中才有這樣的東西，在交通不發達的年代自然是珍貴稀有，身價不凡，所以不管它內在是否真的是滋補聖品，得來不易，就很有說服力了！

滋肺補腎

中藥書中對冬蟲夏草的評價是甘、溫、滋肺補腎，所以只要是中國人，看到這幾個字，幾乎都知道這樣的藥可以天天吃，對大、小、老、少、男、女都有益無害。其中有效的成份以前稱為蟲草酸，證實就是D-甘露醇。難道甘露兒果真和它有些牽連？真是引人深思的問題。

小心鉛條

提到這個珍貴藥材，還有個插曲，就是每年消基會總要接到一些關於冬蟲夏草消費不實的申訴，因為它太貴又輕的不壓秤。不肖的中藥商就在蟲身的裡面插上一根鉛條，增加斤兩，而且藏的很好，幾乎很難從外觀發現。因之購買時最好就是當場折斷檢查，反正折斷的也一樣有藥效，總比不好意思和藥商一翻兩瞪眼，結果燉了一鍋鉛湯下肚，進補不成，倒是累積了很多重金屬在身體裡面。



■直接生吃，也是不錯的零嘴，只是有點恐怖。



■這樣一小包「冬虫草」就要上百元，但這絕不是真的冬蟲夏草。





虫草燉鴨

最愛煲湯補身的廣東人，在廣東菜館中有一道高貴的「虫草燉鴨」，被推崇是味鮮滋補的一品湯菜，上菜時還特別得將蟲草一根根插在鴨身上，驗明冬蟲夏草的正身，於是東客兩造都面子十足，店家也以此誇示自己的誠實無欺。

冬蟲夏草也是本國衛生署目前核准為可常常用為食補的46項藥材之一，醫書對它的評價頗高。這就難怪金露銀條要千方百計和冬蟲夏草攀親帶故，不惜捏造身世的原因吧！

平常心對待

其實如果不把它弄得這樣神祕，倒也不失為一樣時鮮珍蔬。更何況它生熟兩相宜，調理起來很方便，不必勞神挑檢，只要

洗乾淨就可以直接下鍋了。

甘露銀條食性食味最大的特色，就是清脆清甜，難怪北平人只是生醃成醬菜。所以我就試著



炒青菜時一起丟一把下去快炒，感覺比較不生，仍十分爽脆。



賣它的人推薦一起去煮排骨湯，煮軟後倒十分像是蓮藕。

切成薄片拿來鹽、醋、胡椒、麻油，加一點醬油，和胡蘿蔔絲一起涼拌，果然是十分的爽口。生吃它的感覺，有點像豆薯，但質地更緊密結實，所以即使是切成薄片，仍然相當爽脆，不會有生咬豆薯水水爛爛的感覺，豆薯就是閩南語稱之為「瓜薯」的東西，大廚師用來代替荸薺。

快炒一下也不錯，算是個性平和的蔬菜，大多數人都能接受的範圍。至於老闆大力推薦的拿來燉湯，雖是十分簡易，吃起來口感味道都十分神似蓮藕，反倒讓我覺得有點埋沒它甘脆的特性。歐美是拿新鮮的來當沙拉材料或煎炒，日本人以煮食、梅醋醃漬或用糖漬。

陌生的好奇

總之，這種對陌生產品的好奇心，是每個常常逛農展的消費者，最感興趣的話題。雖然就像有些農業專家認為，國內大宗的專業蔬菜也不過一、二十種，好像這種稀奇古怪的玩意終究是起不了什麼大作用。

不過，對消費者而言它還是有相當的吸引力，總是能在千篇一律的群菜團中吸引我們的目光，不管消費者是不是真的會買了，算是一種農業消費的樂趣，就讓流行決定它存在或淘汰的命運吧！



和胡蘿蔔絲一起涼拌，如果不加醬油，拌起來是紅白分明，相當美麗的一道小菜。

