



■澳洲阿德雷德中國城傳統市場，販賣新鮮香草之蔬果店鋪。

在忙碌的工商社會中，調適緊張的心情與享受自然健康的生活，近年來逐漸為大家所重視，尤其是居住於都會地區的上班族。因此，新的綠色產品—香草及其衍生產品也開始受到消費者青睞。由於新鮮或乾燥的香草普遍應用於烹調料理、烘培糕餅及花草茶飲，因此有機香草就顯得愈形重要。

根據牛津字典的說明：凡可做為藥用、食物、香料、促進健康、製成美容保養用品及純化萃取成藥品的植物，均可稱為香草植物。較廣義的說法為，凡是植物的地下根莖及地上部份之



■德國Freising鎮Weihenstephan大學，教導居民配置居家香草花園。

莖、葉、花、果實及種子，對人類日常生活有所幫助的均屬之，因此所涵蓋的種類也相當多，並不局限於草本，也包括喬木、灌木、小灌木、多年生木質莖及一些較原始的植物，如羊齒、苔蘚、藻類與真菌（Deni Bown, 1995; Jessica Haudret, 1999）。

事實上，香草植物主要以辛香料(spices)暨香草料(herbs)為大宗。辛香料香草如大茴香、小茴香、西洋芹(荷蘭芹)、辣椒、蝦夷蔥(細香蔥)、蒔蘿、胡椒、芥菜、肉桂、大蒜、芫荽(胡荽、香菜)、番紅花、檸檬香茅、豆蔻、丁香、八角、花椒、葛縷子，羅望子、杜松、芝麻、薑黃根及薑等；至於香料香草如羅勒、薄荷、香蜂草、龍艾、紫羅蘭、金盞花、金蓮花、茵陳蒿、鼠尾草、薰衣草、迷迭香、百里香、芳香天竺葵、錦葵、月桂、琉璃苣、洋甘菊、馬郁蘭、俄力岡及舊種玫瑰等。

香草植物，也因風俗民情與烹調料理的不同而區分為東方香草及西洋香草，前者如中國的紫蘇、花椒、八角；泰國的檸檬香茅、胡荽；日本的鴨兒芹、山葵；印度的咖哩、小豆寇、胡椒及印尼的丁香。至於西洋香草則以歐洲與地中海沿岸地區為大宗，如西班牙的番紅花、地中海沿岸的薰衣草、俄力岡、薄荷、月桂、馬郁蘭、百里香、蒔蘿、迷迭香、鼠尾草、荷蘭芹及金盞花等。

為了提供大家對於香草的相關訊息、作者就國內外所見所得，陸續整理香草（尤其是西洋香草）之習性、栽培及利用方式與讀者分享。

本省香草產業發展方向

在國外，居家後院或窗台，每每佈置成多彩多姿的香草園，因此一般市集或香草屋，盆售香草苗處處可見，超市亦可見到新鮮香草販售。利用香草所產生的週邊產品，也廣泛利用於工藝裝飾、健康美容、保養及芳香



■台北「香草物語」烘焙坊精心製作之香草餅乾。

療法等。而頗富特色的主題式香草花園如南法普羅旺斯、日本北海道富良野及澳洲墨爾本郊外拉瑞特區的薰衣草花園，將產業與休閒觀光業結合一起，也創造了無限商機。



■台南市「十八巷花園餐廳」推出的香草料理，有茴香烤雞排、羅勒焗烤千層麵、香草沙拉及薰衣草煎鯛魚。



■法國尼斯的香草舖。



■新鮮甘荳香、蝦夷蔥，洗淨瀝乾加橄欖油，製成香草油及其他香草醋。

在本省，鄉土蔬菜、原生作物、辛香類蔬菜、保健特用作物及藥用作物，均早已在各相關公立試驗場所或私人場所進行種原蒐集、保存、培育、栽培體系及加工方式之評估，這些作物有些本來就屬於香草家族的一員，惟大部份屬於東方的香藥草植物。

為了進行西洋香草之開發推廣與利用，台南區農業改良場在民國89年5月，整合過去及新近蒐集之種原，設置以西洋香草為主的香草園，進行品種適地、適作的評估。

就目前趨勢而言，香草這種綠色產品和有機蔬果、原生物及鄉土蔬菜等產業一樣，現階段均仍局限於特定的消費族群。因此對生產者而言，可透過正在籌組的香草協會進行產業（個人、產銷班或農場）的策略聯盟，除了培育盆苗供消費者種植，及提供穩定及新鮮的香草供香草專賣餐廳及烘培坊使用外，同時也要結合休閒產業中之觀光農場，進行主題式或混合式庭園規劃，並輔以插花、花環、押花等工藝裝飾進行多元化經營。

就消費者而言，則希望透過市民農園或居家廚房窗台盆景，在初期，使小市民能親自與香草為伍，隨後嘗試DIY，把香草利用於烹調料理、香草茶、香草調味料（如香草醋、香草油等）及香草包等，讓香草植物融入日常生活之中，享受及體驗親自參與所帶來的生活情趣。

由於目前農業已朝生產、生態及生活等所謂的「三生農業」理念規劃進行，因此香草植物生活化是未來發展趨勢。希望大家均能居家種香草，達到怡情養性的生活情境。



土耳其南部安太利亞市集琳瑯滿目的辛香料。



作者在自家頂樓陽台，佈置迷你盆栽香草花園。



組合式的香草盆栽。



各式各樣的乾燥香草葉片及粉末。



乾燥的香草產品。



香草家族(上排左起：甘茴香、薰衣草、羅勒；下排左起：茴香、迷迭香、百里香)

日常生活中常用的香料及辛香料香草植物

種類	原產地	主產地	利用部位
薰衣草	地中海沿岸	法國、英國	葉、莖、花
迷迭香	地中海沿岸	義大利、美國、法國、摩洛哥、葡萄牙	莖、葉、花
百里香	地中海沿岸、南歐	法國、西班牙、摩洛哥	葉、莖、花
羅勒	印度、馬來西亞	義大利、法國、印尼、摩洛哥	莖、葉、花
薄荷	地中海沿岸	法國、英國、美國、義大利	莖、葉、花
鼠尾草	地中海沿岸	義大利、希臘、西班牙、法國、摩洛哥、俄羅斯	葉、花
俄力岡	地中海沿岸、南俄羅斯	法國、匈牙利、西班牙、義大利	葉、莖、花
馬郁蘭	地中海東部	法國、義大利、墨西哥	葉
月桂	地中海沿岸、小亞細亞	希臘、土耳其、葡萄牙	葉、莖、種子
義大利芹菜	南歐	希臘、南斯拉夫、墨西哥	莖、葉、花
荷蘭芹 (洋元荳)	地中海沿岸、南歐	英國、美國	莖、葉、花、種子
蝦夷蔥 (細香蔥)	北歐、西伯利亞	德國、英國	莖、葉
洋甘菊	歐洲	德國、法國、摩洛哥、比利時	花
香蜂草	南歐	中歐	葉、莖、花
茵陳蒿	中亞、西伯利亞	法國、荷蘭	葉、花
胡荽 (香菜)	地中海沿岸	美國、中國、印度、伊朗、蘇俄	莖、葉、花、種子
蒔蘿	地中海沿岸、南俄羅斯	土耳其、德國、英國、印度	莖、葉、花、種子
番紅花	南歐	西班牙、法國、希臘、土耳其、印度	雌蕊
大蒜	中亞	美國、中國	葉、莖
丁香	印尼	印尼、印度、斯里蘭卡、塔尚尼亞、馬達加斯加	花蕾
辣椒	中南美洲	印度、墨西哥、中國、日本、印尼、泰國	果實
茴香	地中海沿岸	印度、義大利、法國、蘇俄、中東、德國	莖、葉、種
小茴香	埃及尼羅河谷	伊朗、摩洛哥、印度、墨西哥、埃及	種子
芥菜	歐洲、印度	加拿大、中國、荷蘭、波蘭、蘇俄、美國	種子
小豆蔻	印度南部、斯里蘭卡	南印度、瓜地馬拉	種子
肉豆蔻	印尼	印尼、摩鹿加群島、斯里蘭卡、南美州	葉、果、種子
胡椒	南印度、斯里蘭卡	印度、馬來西亞、斯里蘭卡	果實
檸檬香茅	亞洲熱帶	泰國、印度、斯里蘭卡、巴西、瓜地馬拉	莖、葉、根
蒔蘿	地中海沿岸、南俄羅斯	土耳其、德國、英國、印度	葉、花、種子
紫蘇	印度、中國	義大利、法國、德國	花、葉
肉桂	斯里蘭卡、南印度	斯里蘭卡、西印度之塞席爾群島、印度、巴西、印尼	樹皮、葉、莖
薑	東南亞	印度、中國	根莖

資料來源:Encyclopedia of herbs & their uses,1995;辛香料百科,1999.