

香椿的花。



「香椿」 吃過母親花，別忘父親樹

香椿 (*Cedrela sinensis* Juss.) 為楝科 (Meliaceae) 多年生落葉性喬木植物，英文名為 Chinese mahogany，原生中國東南，西南至華北地區，別名為椿、紅椿、椿甜樹等。香椿葉梢約15公分左右之嫩葉可供食用。《本草綱目》中記載：椿木葉，溫，無毒。用播種法育成之椿木主根明顯，生長旺盛。現代醫學研究更指出，香椿有抑制肺癌細胞的效果，對肺臟具有保健功效，還能提昇身體的免疫力。

《左傳》「孟莊子斬其櫛，以為公琴」，是文獻上最早對香椿的記載。「櫛」即椿樹。可見當時在生活上已經知道椿樹之木材性質，且加以栽培利用。香椿的食用，

據說從漢代就已經開始盛行。明代《群芳譜》「葉自發芽，及嫩時，皆甘甜，生熟鹽醃，皆可茹，世皆尚之」，說明了當時人們利用椿樹春天發芽後，採摘嫩芽以食用的方法。

在傳統文化上，古時以「椿萱」喻父母，「椿」是對父親的尊稱。從前長輩們習慣在家裡種一棵香椿樹，樹根旁栽些萱草（即金針），象徵父母福壽康寧，其中香椿是父親樹，萱草是母親花，成語有云：「椿萱並茂」，代表著家族興旺的寓意。唐朝牟融詩有云：「堂上椿萱雪滿頭」，即表示感念雙親年老之意。「椿」同時也代表了高壽。范氏《老人星賦》「會茲鼎盛，薦



各式香椿醃製醬料，是很好的開胃菜。



由台東場研發成功的香椿養生茶，是很好的養生飲品。



香椿種子。

乃椿齡」，以為祝壽之辭。

香椿用途廣泛，樹幹可為傢俱及建築材料，同時也是蜜源、油料、飼料、及木本類的蔬菜植物。利用部位為樹皮、根皮、葉及果實，在中醫醫療上具有除熱、瀉腸、止血、消炎、止痛、殺蟲及治療、痘等功能。香椿每28~30年開花結子，在台灣地區少有人種，通常做景觀園藝之用。

古醫書中《本草綱目》記載：「椿木葉，溫，無毒」。《本草品彙精要》「椿木葉青，根皮白，味苦，性溫泄」。香椿樹皮含川棟素、兒茶酚等，可去燥熱、瀉腸止血。本省中藥店售者如紅椿皮，即為香椿之樹皮及樹根部位，用於婦女之崩血、產後出血、血液清淨等。花含揮發油，樹幹含有樹膠，葉具香氣無味，主治女子血崩、小兒疳痢、瘡疥風疽等。

這幾年來，國內外醫學界對香椿也產生莫大的興趣，台東區農業改良場黃明德場長表示，經與高雄醫學大學等單位合作的臨床研究驗證結果，發現香椿萃取液可以抑制肺癌細胞，對於其他癌症，如骨癌、肝癌、直腸癌等也有抑制效果；此外，香椿對金黃色葡萄球菌、傷寒、痢疾桿菌等亦有明顯抑制及殺滅作用，還具有止痛、抗發炎及預防敗血症等功效。

香椿因嫩葉產量速度慢，且本省食用的消費人口不多，所以栽培規模始終有限。不過目前消費大眾已逐漸瞭解其功效，需求因而日增。因此台東區農改場也利用改進栽培技術，如密植栽培，控制頂梢優勢等，促進其增生嫩芽，達到豐產的目的。為有效推廣香椿，台東區農業改良



據說從漢代就開始將香椿當蔬菜食用。



場、台東地區農會與卑南鄉公所還輔導台東縣卑南鄉東興社區成立香椿產銷班，並推出香椿系列產品，要讓大家都享用到這項傳統食品。

台東農改場指出，日常應用的香椿食用法有炸香椿、涼拌香椿豆腐、味噌湯、蛋花湯、麵線羹、香椿肉燥、香椿蛋餅、水餃等，都是不錯的選擇；也可以沾醬、沙拉、涼拌等方式食用；葉片乾燥磨成粉末可當調味品用。在中國，香椿食用以嫩芽加工為主，並外銷至東南亞及韓國、日本等地區。

春天香椿樹萌新芽時，採摘嫩梢，經鹽醋揉捻醃漬後保存食用，對於胃火旺、食慾不振、腹痛嘔吐、水土不服等症狀有特效，對疾病的預防有很大幫助。烹飪業者或用於烹調肉品時以之為去腥劑。

夏天很快就會過去，如果今年還沒吃到香椿，趁父親節前後，買點香椿產品回家享用吧！除了應景，也是調理個人免疫力的絕佳養生飲食喔。

圖

香椿病蟲害少，管理簡易，可做大規模經濟栽培。



經過整枝修剪，可使香椿嫩芽產量增加。