

# 台灣栗子

採訪・攝影／曾文田

協助單位／嘉義縣中埔鄉農會



中埔的「台灣栗子」。



烘烤栗子。

栗子，別名「板栗」、「魁栗」，屬殼斗科多年生木本植物，大多生長在美洲、歐洲、日本及大陸的溫暖地帶。世界上經濟栽培的栗子品種有中國栗、日本栗、歐洲栗、美國栗等4種，主要分佈於北半球，以12℃等溫線為中心的溫帶。我國自古以來，即有栽培栗子，在古代列為「五果」之一，主要產於河北、山東一帶，台灣早在民國10年及50年代初期，曾引進中國栗與日本栗，在山坡地區試種。栗子性喜冷涼至溫暖，海拔約1000公尺山坡地的環境，年平均氣溫12~14℃，是最適合栗子成長的環境。

中國栗的堅果較小，含糖分較高，香氣也較濃郁，適合作糖炒或烤炸。日本栗的果形較大，水分含量高，澱粉也多，且含糖分少，不耐貯藏，不適合炒食，僅可供烹調、製罐、製澱粉或鹽漬用。

栗子的株高，可達20公尺，葉片互生，呈卵狀橢圓形，或披針狀長卵形，多用實生苗繁殖，但由種子育成的幼苗，容易產生變異，一般多採用嫁接法。嫁接所用砧木，多用共砧，嫁接法可採用切接、芽接、腹接、搭接等方法。

栗子的結果習性，是自上年新生的結果母枝先端

一、二芽處，到本年春天生長出的結果枝。在結果枝基部二、三節處，各有一個腋芽，自此而數節，每個葉腋生出花序，而無腋芽。到若干節後，每個葉腋生出腋芽，而不生花序。一般來說，接近基部所發生的花序，多是雄花序，到最頂端之基部，才長出雌花。

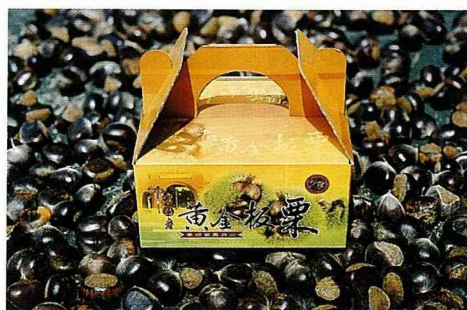
每年進入農曆7月後，栗子的果實漸趨成熟。果實的成熟期，因品種而異，普通在開花後80~120天成熟。成熟的果實，會在樹上爆裂，呈扁球形、深褐色的種子，會自然掉落地面，因此，只需要在栗子果園中走動，就可以檢拾到掉落地面上的栗子果實。

栗子的果實，外殼是一團像似刺蝟的硬刺，想要把它剝開，取出種子，可得動些小手腳。首先，要找一支鉗子，用來鉗夾栗果，再找一支修剪花木枝葉的小剪子，兩者合併使用，一夾一剝，就可以順利地將種子剝離。也可以用一支小剪子，配合腳底踩住的方式，把栗子的種子剝開來。

嘉義縣中埔鄉位於北迴歸線以南，屬熱帶氣候區，但地處阿里山系的始端，有垂直溫度的調



剝栗子可得動些小手腳。



中埔栗子(板栗)精美的禮盒包裝。



中埔栗子栽培園。



栗子八寶飯。



栗子雞。



栗子山藥甜湯。

節效果，使得其山坡地溫度適合栗子的生長條件，不至於氣候過暖，以致休眠不足，造成發育不良，也不因冬季溫度過低，而有受寒害之虞。中埔鄉是全球緯度最低、產期最早的栗子產區，同時因自然氣候的調節，台灣栗子比原生種的天津板栗，甜度更高，市場反應良好，市場前景可期。目前在台灣只有中埔鄉是大面積種植栗子並有效的經營管理，也成立全台唯一的栗子產銷班，在中埔鄉農會輔導下，業務運作積極，成為主要發展推廣的特產。

中埔鄉栽培栗子，已有近百年的歷史，早在日據時期就有栽種，是「正港」的台灣栗子，由於採優勝劣敗適者生存的淘汰方式，現今所留存的樹種，已是經過篩選的優良樹種。88年間，成立栗子產銷班，投入專業的精神與規劃，目前，中埔鄉的栗子，大多種植在社口村內埔地區，種植面積約23公頃，是全台栗子最主要的產地，同時，也推行「栗子種植技術與品質管理」的觀念，從消極的自然法則，邁入積極的生產行列。

中埔的「台灣栗子」，年產量約12萬台斤，成熟的果實飽滿肥美，果肉金黃香甜，品質較市坊上的糖炒栗子更佳，含有極高的澱粉量，同時，豐富的糖類、鐵、鎂、磷、鋅、鉀、鈣質，以及維生素A、B、C、荷爾蒙等養分，是預防老化、滋養強壯、健強腸胃、祛寒補腎、養顏美容

的天然健康美食。

栗子的食用方法，除眾所週知的「糖炒栗子」外，一般家庭中，可以在栗子的種殼上，用刀子或剪刀，劃一道裂縫（以防爆裂），再放進烤箱或微波爐內，約經15~20分（視栗子大小粒而定）即可，如想增添「味道」，可事先浸泡在鹽水或糖水內，撈起瀝乾後再烘烤。也可以把栗子的種殼剝掉，將核仁與白木耳、紅棗等，一起加入清水煮熟後，再放進冰糖，即成為一道清爽可口的養生甜點。栗子入菜的方式，可事先把雞塊或排骨燉熟，再放入栗子核仁，同煮約10分鐘，即成為美味可口的栗子雞或栗子排骨。

中埔鄉農會輔導的栗子產銷班，則提供多種簡單的料理方式，如最簡便的吃法，是「水煮栗子」，方法是將栗子的種子洗淨，放進鍋子（深底鍋、炒菜鍋都可以）裏，再注入清水，水量以淹過栗子種子，再多一點即可，燃火燒煮至水沸，繼續煮約15~20分鐘，其間要翻動2~3次，以求煮得均勻。水煮的栗子，風味不遜於糖炒栗子，剝開種子的外核，即露出乳黃或乳白的核仁，入嘴後，酥酥鬆鬆，有股甜甜、香香的滋味，味道甜美可口。

中埔鄉農會總幹事方清居則特別推薦「鹽酥栗子」的吃法，係以1斤栗子與半斤食用鹽混合後，在炒菜鍋內，用中火拌炒約20分鐘，趁熱即可食用，風味口感別具特色。

◎洽購0910-749-006

高天祿班長



栗子開花。



栗子模樣像刺蝟般長滿尖刺。