

文／小圃（初稿於夏季有瓜棚遮陽的房間中）

我家的空中菜園（上）

作者在屋頂上搭棚種絲瓜，不僅擋住夏日驕陽的炙烈，留住冬日暖陽的可親，還把太陽的光與熱，轉變為餐桌上的菜餚。



絲瓜棚

我家是透天厝，主臥房設在最上層樓，再上去是陽台。夏天烈日直射，房間內燜熱如烤箱，吹電扇不涼，開冷氣太耗，常熬到下半夜才勉強入睡。但是房間在陽台之下，不是只有壞處，當冬陽吻上陽台，將房間烘的暖洋洋，這是全屋最舒適的一間。

我決心設計一套方法，擋住驕陽的炙烈，留住冬陽的可愛。

我開始逛街留意別人家陽台是如何遮

陽的，大多是加蓋一層（如鐵皮屋），或固定的遮陽篷。但這不是我所期望的，因為夏天鐵皮屋內仍燜熱如烤箱不適合逗留，冬天鐵皮屋妨礙下層的房間曬不到太陽，在寒風中仍凍如冰窖。遮陽篷四周雖然敞開可通風，又可幫下層的房間遮陽，但也把冬陽遮掉了。

看來看去，還是覺得自己原先的腹案最好：在陽台搭個瓜棚，夏天種些葉大可遮陽的瓜藤，冬天落葉後就不會遮掉冬陽。夏天還可將惱人的陽光與熱能，轉變為餐桌上的菜餚。

經過多年的試驗改進，我在屋頂種菜的經驗，終於可以筆耕成文，提供給有興趣的朋友參考運用。

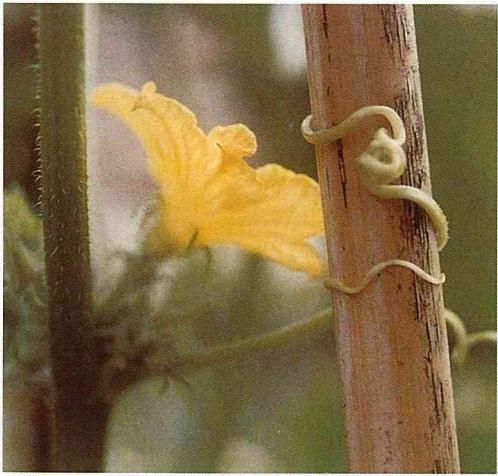
（一）搭建瓜棚有撇步

用鋼材搭起堅固的樑柱，上過漆的木條排放樑上以鐵絲固定。木條間最初是以竹枝橫搭，但竹枝太重，且大約每隔2年就因腐朽而必須更新。近年已改用

尼龍繩在木條間編成網，輕便且耐久。原先擔心尼龍繩在烈日照射下，會因溫度太高而燙傷纏繞其



雄花苞，好滋味



絲瓜卷鬚強韌有力

上的瓜實卷鬚，但此情況並未發生。配合以下所述絲瓜的卷鬚間隔，網目每邊最好不超過30公分。

(二) 運送土壤最吃力

吹上陽台的灰塵掃成堆也不夠用，需將土壤從田野間一擔一擔挑上陽台，且因風吹雨打還會逐漸流失，必須每年補充。土壤扛上陽台後放哪？陽台原是活動的地方，不得全闢為田。曾考慮在陽台周邊砌花圃，但花圃底下的防水工程有漏水後難處理的疑慮，即鋪設的防水漆與其上潮濕的土壤接觸久後材質較易變性失效，只要有一點滲漏，在無法確認滲漏位置的情況下必須將花圃全部挖開重鋪防水漆，否則下層的房間需撐傘接水。最後決定在陽台周邊用大浴盆盛土。浴盆底部有排水口，是最好用的盆子，郊外有許多廢棄的浴盆可回收利用。

(三) 配合時令種絲瓜

種什麼瓜？挑選的條件為日常食用，有藤或卷鬚可攀上瓜棚，果實大小適當可垂懸在瓜棚下的蔓藤瓜類。所以少見的蛇瓜、澎湖稜角絲瓜、觀賞葫蘆瓜等皆不在首選，西瓜、香瓜在地上爬不適合，冬瓜、南瓜果實太大且成熟期太長亦不適合。

在試驗過絲瓜、胡瓜、苦瓜之後，

建議絲瓜最好。優點是藤蔓長的快，葉片多又大，結果率高，果實成熟期短，收穫期間長，幾乎無病害，絲瓜清甜好吃。缺點是一年生植物，每年都要重種。

4月春雨綿綿，絲瓜下種很快就發芽；種子為前一年收集的，園藝店亦可買到種子或苗，很便宜。太早下種，天氣過寒不易發芽（或可於室內育苗）。芽長成2葉（非子葉）苗後，即可移植到大浴盆中。多葉的大株苗移植後，宜去除部分老葉，以免因根尚未定植，水分吸收不及，失水過多而乾枯。因盆中土壤有限，每盆最多種2棵。只種1棵，萬一死亡恐來不及重種，不過這種情況很少發生。

移植時宜選株型大小相近者，差異太大，養分吸收不均，會有大欺小、強凌弱的現象。定植後，苗旁插細竹枝供嫩莖攀緣至瓜棚上。嫩莖攀緣過程中僅留主幹，摘除側枝，以加速主幹生長。待主幹攀上瓜棚後摘除頂芽，促進側芽分枝。

5-6月梅雨時節，土壤潮濕水分充足，是瓜藤狂飆的旺季，一暎大十寸。此時要留意瓜藤在瓜棚上蔓生的方向，必要時以人工方式調整之（稍不注意，瓜藤卷鬚會亂纏，若卷鬚還幼嫩，尚可繞開重纏在適當位置，老硬的卷鬚很難分開，只得剪斷）。

讓瓜藤散開，恣意舒展，如此到了夏季，陽台上才能處處有遮蔭。

照顧瓜藤就像養育小孩，不僅給他生命，還要指點他發展的空間及方向，在年輕狂飆期尤需留意，以免誤入歧途。

絲瓜藤有分節，通常節距約30公分，這比地面種的要短些，可能與根圍



卷鬚分叉，一長二短



瓜園生態

範圍小，未能盡情吸收水分有關。每節有一葉柄、一串雄花、一朵雌花、一束卷鬚、一支側芽。

雄花會吸引蜜蜂等昆蟲前來

採蜜傳粉，所以採果時要注意蜜蜂的活動，勿被螫了。雄花太多，會散失較多水分，可採下一些，裹麵糊油炸當零嘴。

雌花尚未開花即有小果的模樣，好似不經授粉亦可結果。

小果長至中果期間，果實質地堅硬。小果長約1-2週，質地軟化成爲熟果後，即可採收。又大又嫩、表皮平整的絲瓜，煮湯清甜爽口。雌花是否可結成熟果，與瓜藤是否充分吸收水分有關，水分供應不足，易生似海綿般柔軟的枯黃小果，或發育不全無法食用的裂果，提早掉落。雖然不是每一節的雌花都可成功結成熟果，但絲瓜結成熟果的機會很大。

通常卷鬚末端三分叉，一長二短，水分吸收較充足時，卷鬚較長，短叉亦多。陽台風大，應儘量使卷鬚的分叉攀住各方向的尼龍繩，以固定位置防（颶）風，必要時以手工協助之。卷鬚接觸到尼龍繩後纏繞的速度非常快，不消10分鐘就纏緊了。



曬乾的菜瓜布

若頂芽成長快速，側芽大多不會發育。爲免水分與養分補給線過長，也避免主幹若受傷（如風吹折斷），傷口後面一大段全

部枯死的風險，主幹不宜過長。可剪除主幹末段或頂芽，促進側芽分枝。瓜藤截斷後，可在切口繫保特瓶或養樂多瓶，接收絲瓜露。

若絲瓜長到最大仍未採收，表皮即開始皺縮變得凹凸不平，質地再度變硬，內部生出絲瓜絡，這時已無法食用，只能留做菜瓜布。絲瓜絡成長期頗長（一個月以上，視所欲之絲瓜絡的堅實程度而定），且過程中需消耗大量的水分與養分，影響鄰近果實的成長，所以除了秋季可留幾條瓜，待老化做菜瓜布及收集種子明年播種用外，在夏季盛產期不宜留瓜老化。老化的瓜要泡水除去表皮及殘肉，剩下的絲瓜絡曬乾就是菜瓜布。絲瓜絡之間有成熟的種子，收集後包好放於冰箱，可保濕保鮮。

絲瓜產季從5月到11月。夏季盛產時，絲瓜湯雖然清甜，但每天吃到怕也吃不完，有請鄰居親友幫忙。11月後天氣轉涼不需遮陽，絲瓜藤及葉亦隨時令開始變黃乾枯。待絲瓜全部收成後，即可將瓜藤及已乾未乾的所有葉片全部清除，結束今年營運，更待來年。

（四）有機栽培田園樂

有了絲瓜棚，夏季房間內確實不再酷熱。大概是因爲陽台比地面更接近太陽，再加上頂樓風大，所以瓜藤的水分蒸發速度快。較乾旱時，新生的瓜藤節距明顯縮短。所以澆水是夏季每天最重要的工作。除了儲存雨水備用，廚房浴室無清潔劑或油污的廢水都可再利用。土壤表面宜有遮蓋以減少水分蒸發。過去是砍芒草覆蓋，但芒草之下會生出許多吃嫩芽綠葉的蝸牛及介殼蟲。現在已改成隨其自然生出雜草覆蓋表土。雜草不完全一無是處，根及莖葉皆淺短的雜草是最佳的表土保濕因子「SK-III」；根或莖葉太長的雜草，隨時可鏟入土中當有機肥。

自家食用的蔬果，絕不灑農藥、施化肥。種絲瓜的好處之一是幾乎無病害，但偶有蟲害。春季多雨期間，嫩莖葉上可能長蚜蟲，阻礙莖葉生長。此時要拿出「壯士斷莖」的精神，將受害莖葉剪下泡水至腐爛，以免疫情蔓延擴大。

通常雨季過後旱季來臨，蚜蟲疫情會自動緩和消失。

夏季太乾旱莖葉缺水時，一種橘紅色長橢圓形小瓢蟲「黃守瓜」常將葉片啃食精光。若能常保莖葉在水分充足的狀態，黃守瓜蟲害即可緩和。

夏季後偶有一種類似黃蜂的「瓜實蠅」在幼果上刺洞產卵，不久受害果實被叮處產生褐點流出汁液，周圍變黃，整顆果實生長不良，卵亦在果實內部發育成類似蛆的幼蟲啃食果肉。當果實稍長大並整顆開始變黃腐爛時，幼蟲已成熟了。

被瓜實蠅危害的果實，應剪下泡水至腐爛以消滅幼蟲。注意不可將內有成熟幼蟲的腐爛果實埋入土中，因為成熟幼蟲本來就是要從腐爛的果實中爬出跳至地面鑽入土中，在土中變成蛹再羽化成蠅。

瓜實蠅只叮瓜類的果實，對莖葉無害。預防的方法是在雌花開始乾枯時為幼果套袋。用有耳朵的塑膠袋，鑽幾個透氣孔就可當套袋。若瓜藤附近有蟻

群，螞蟻會爬進腐爛的果實中，拿瓜實蠅幼蟲當點心。

植物要施肥才長的好。雖然不用化肥，但還是可收集「肥水」(尿)及瓜藤上的枯枝爛葉，以及廚房裏的老菜梗、瓜皮、果核等當有機

肥。肥水通常密閉靜置至腐熟。陳釀數日後腐熟的肥水含氮，呈鹼性，勿直接澆原液至莖葉上，會造成莖葉灼傷，應沖淡成至少4倍後再澆，澆完後用清水再澆幾遍，將莖葉上的肥水沖入土中，勿留在莖葉上。不知是否因我家的肥水特別肥，所以絲瓜特別甜。

肉骨油脂之外的廚餘都可當有機肥。這種有機肥可直接使用，不需存放至腐爛分解。但為避免滋生蟲(蛞蝓等)、蠅及發出惡臭，有機肥不宜堆放在土表，應埋入土中餵蚯蚓。吃有機肥的蚯蚓特別多又肥大。掩埋時應在定點挖洞，勿沿瓜藤主幹環狀挖溝而斬斷所有外擴的根。

看似無用的瓜果種子也可利用，將其埋入土中等發芽長出小苗後，再將小苗鏟入土中當有機肥。不易在土中分解的硬果殼、老枝幹，可泡在水中分解，水是最好的溶劑。(下期續) 網



種瓜得瓜

資料來源／行政院農委會

綠肥大豆·景觀向日葵

優良種子上市·歡迎向農會洽購

台南區農業改良場輔導學甲、麻豆、六腳、義竹、七股、佳里、朴子、鹽水、和美農會繁殖綠肥大豆新品種台南4號種子，其中六腳及學甲農會繁殖景觀用向日葵台南1號雜交二代種子，種子發芽率均達90%以上，目前已上市，需要者請直接向各農會洽購。

綠肥大豆台南4號，適應春、夏季高溫多溼環境，植株沒有木質化的問題，機械掩埋容易，種粒如綠豆般大小，生育期長達150天，植株莖葉生長旺盛，株高可達120公分，100天的鮮草量每公頃高達36,000公斤，每公頃增加植體總含氮量250公斤，為優良綠肥作物之一。

景觀用向日葵較適合旱作田栽培，每公頃播種量15公斤，適合播種期為春作2月中旬至4月下旬，秋作8月中旬至11月上旬。歡迎向以下農會洽購：

- 06-783 3212 學甲鎮農會供銷部 (綠肥大豆、向日葵)
- 0937 368 243 麻豆鎮陳正珍先生 (綠肥大豆)
- 04-756 1212 彰化縣和美鎮農會推廣股 (綠肥大豆)
- 05-380 2816 嘉義縣六腳鄉農會推廣股 (綠肥大豆、向日葵)
- 05-341 1301 嘉義縣義竹鄉農會推廣股 (綠肥大豆)
- 06-787 1711 台南縣七股鄉農會推廣股 (綠肥大豆)
- 06-722 3161 台南縣佳里鎮農會推廣股 (綠肥大豆)
- 06-652 1177 台南縣鹽水鎮農會推廣股 (綠肥大豆)
- 05-379 4102 嘉義縣朴子市農會推廣股 (綠肥大豆)