

常見野菜的繁殖及食用法(1)

# 紅鳳菜 與白鳳菜

文圖／王次男



紅鳳菜  
(*Gynuxa bicolor*)又稱紅菜、紅蓊菜、木耳菜、水前菜、血皮菜等，為菊科

三七草屬之多年生草本植物，原產中國及馬來西亞，本省嘉義、雲林、台北等縣栽培較多，有大葉紅梗及小葉青梗2種。盛產期為1~6月，以3~4月最多。可採種子繁殖，以8~9月及2~3月最適播種，播種後俟本葉5~6片時，移植本圃，亦可採摘老株中間部位15~20公分之莖蔓扦插。播種後40~50天即可開始採收，以植株先端嫩莖葉為主食部位。

食用方法，可炒食，或川燙後沾醬油、蒜頭，或麻油涼拌，最為爽口。全草及根可為藥用，有活血、止血、解毒、消腫等功效，可治痛經、血崩、咳血、創傷出血及潰瘍等症。



白鳳菜  
(*Gynura oralis*)又稱龍鳳菜、白雍菜、生毛菜等，與紅鳳菜一樣同屬於菊科三

七草屬之多年生草本植物，只是葉片顏色較綠，與紅鳳菜的葉背紫色有別，口味相似。幼嫩莖葉可食用外，全草可入藥，有解熱、消炎之功效，據說可治療肝炎，故又稱肝炎藥。繁殖及食用方法同紅鳳菜。各地都有零星栽培。

最  
完  
整  
全  
新  
的  
唯  
一  
農  
藥  
書  
籍

## 實用農藥

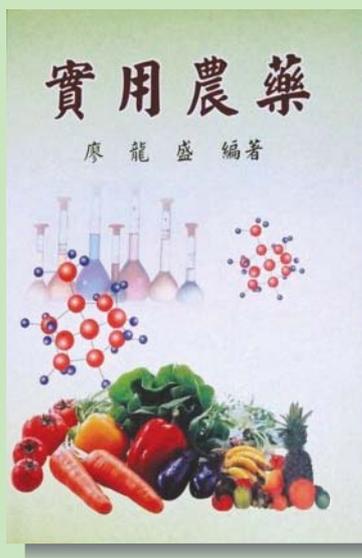
定價：2200元

作者：廖龍盛

全新修訂八版，

超過100萬字，

共1350頁



**主要内容：**含緒論、農藥分類、生物農藥、農藥混合、毒性、毒理、安全合理使用、使用範圍與方法均有詳細介紹。包括殺菌劑、殺蟲劑、殺蟎劑、殺線蟲劑、殺鼠劑、除草劑、植物生長調節劑、引誘劑、忌避劑、拒食劑、微生物殺蟲劑、昆蟲生長調節劑、殺軟體動物劑、殺藻劑、雜類及農藥補助劑等，共50餘大類，530多種農藥。



豐年社

台北市溫州街14號

郵撥00059300財團法人豐年社 郵購另加掛號郵資60元

電話：02-23628148分機30或31

傳真：02-83695591