

文圖／黃圓滿 行政院農委會台南區農業改良場

夏南瓜庭園栽培 生手也不輸綠手指



南瓜家族無疑是葫蘆科中最精采的一屬，也是上天賜予人類極佳的蔬菜來源。若您幸運地擁有一小塊園地，而且喜歡栽花種菜，卻常有「草盛豆苗稀」的遺憾，選擇種植夏南瓜將會滿足您親近土地的渴望，為您帶來極大的成就感，讓生手也不輸綠手指。

夏南瓜係由英名summer squash直接翻譯而來，台灣地區亦以此為正式名稱。至於「矮南瓜」、「嫩南瓜」、「義大利瓜」或「西葫蘆」指的也是夏南瓜，為不同地區華人給的不同名字。西方人也常用zucchini來稱呼，來自義大利文；法文則為courgette。夏南瓜屬於「美國（洲）南瓜」，於美洲、歐洲、澳洲、中東與中國大陸等地區栽培極為普遍。台灣地區自光復以來，陸續有人引入種植，皆為零星栽培。

夏南瓜 秋天播種

就季節而言，台灣地區在中秋之後，北風漸起，氣溫由酷暑慢慢轉涼，這時候就適於開始準備夏南瓜的播種工作，千萬別誤以為夏南瓜是夏季生長的瓜，恰恰相反地，台灣平地的夏季千萬別種「夏南瓜」，否則到頭來是白忙一場。台灣中南部地區播種適期為9月下旬~翌年3月中旬，過早或過晚將使栽培風險加大。涼涼的天氣，充足的光照，適當的土壤水分，清晨即起，幫它們做做媒，很快地，親手種的夏南瓜將回饋您豐美的果實。

就地域的分布而言，由於台灣北部地區常常是陰雨天，日照較差，

較易使作物孳生病害，影響生長勢，造成果實發育受限，產量則較低，先天環境稍不適於夏南瓜的生長。至於台灣地區中南部平原由於秋冬季氣候穩定，下雨天數少，日夜溫差可達10℃以上，冬日常有暖陽，極適於夏南瓜的生長發育。

瓜藤短 一嗅一寸

在適當的氣候下，夏南瓜極容易栽培，是家庭園藝極佳的選擇，即使是生手也極易成功。大多數的夏南瓜品種為叢生狀稍具短蔓性，不必搭棚子就可以栽培。夏南瓜對土壤質地要求不嚴苛，對土壤適應性較廣，即使如此，仍以富含有機質的栽培地為上選。單株所佔面積依品種而不同，家庭園藝之栽培，由於株數不多，單株間距可稍大一些，較能使葉片充分受光，維持較壯的株勢及較長的採收期，減少病害滋生，也較易進行授粉與採收等工作，建議一般性的品種其單株間距約為100公分較佳。生育初期植株被葉柄支撐著而直立向上，生育中後期隨著節數增加開始產生短蔓而略傾斜，可加以短竹竿做支撐或用塑膠繩使由上方絆主幹使其固定。

小面積栽培夏南瓜可採直播方式。先將種子以冷水浸種30分鐘後，稍加清洗去表面附著物，再以約50~55℃溫水消毒15分鐘，之後濾去水分，以乾淨的溼布（毛巾）保溼催芽，催芽溫度約30℃較佳，保溫保濕約36小時後，芽點微微露出時，以芽尖向下，種子

夏南瓜品種多，台灣地區於秋冬~春季栽培，雌花率高，生育良好。



若無蜜蜂幫忙授粉，則需人工授粉。如圖中撕開雄花花瓣，露出雄蕊，將花粉輕輕蘸於雌花柱頭上即完成授粉。



夏南瓜雌雄同株異花，為典型蟲媒花，蜜蜂為最佳之授粉昆蟲。圖中雌花柱頭旁正有2隻蜜蜂造訪。

平放之方式播入植穴內，覆土約2公分，適量澆水保持濕度，切勿過濕，以免種子被浸爛，正常的種子將於播種5~7天時上胚軸伸出土面。至於老舊或保存不佳的種子，芽點露出的催芽時間會較長，發芽成數也較差，因此購買種子以當次用畢為佳，以免剩的種子保存不佳造成下次播種時不發芽或發芽不整齊等情事。

開花期 蜜蜂作媒

夏南瓜生長快速，只要不使土壤過乾，播種定植後3週將明顯看到它「一暎大一吋」。這一個生育快速的特性將讓許多園藝入門者深具信心與成就感。播種一個多月後，將可以看到雌花與雄花開始發育。夏南瓜為雌雄同株異花，仔細看就可以看出這兩者的不同。雌花花瓣下有一個小瓜（植物學稱之為子房），依品種不同，大約有5~10公分長。

一旦進入開花期，若是附近沒有蜜蜂出現，請務必記得每日清晨摘取盛開的雄花，撕開雄花花冠（瓣），露出雄蕊上的花粉，將其輕輕地均勻地蘸於雌花柱頭上（即進行人工授粉），可發現一團花粉於柱頭上散開的感覺。授粉動作最好在上午8點前完成效果最好；若是氣溫更涼的環境（不到25度），則授粉時間可推遲。觀察到花瓣開始萎凋時即表示最好的授粉時間將過，要即時把握其授粉時間。由於台灣適種期為秋冬季，該時



切勿延誤採收時間讓其中一果坐大，如此將使上部節位的果實發育受影響。

節漸漸趨向短日低溫，因此整個氣候環境具有促進雌花發育的效果，雄花數相對較少，需珍惜使用，授粉時可用一朵雄花蘸2~4朵雌花。

烹調樂 異國風情

溫暖環境（26~30℃）下授粉後3~5天就可採收，較涼溫度（20~25℃）下授粉後則需5~7天方可採收，一般以瓜實約200~500公克為適收期，千萬不要讓果實過大了，以免影響上面節位花或果實的發育。採收時間最好在清晨，用較利的刀子由果梗處切下。不同品種之生長勢不同，由播種到採收第一條瓜約需34~44天（平均日溫約28℃），氣溫轉冷時株勢生育稍緩，第一條瓜則於播種後約50天左右方能採收。

近年來，台灣地區異國風味餐興起，不少超市販賣空運而來的高價蔬果，夏南瓜即為其中之一。高價位消費族群隱藏於都會中，比胡瓜還小的一條夏南瓜，標價180元，

也有其消費市場。夏南瓜在食用上有許多變化，如涼拌生食、焗烤、串燒、切絲或切片炒食、刨絲和麵糊煎成餅、切薄片沾麵糊油炸、熬煮成濃湯或作為水餃內餡…等皆可。其肉質細嫩，原始風味介於胡瓜與扁蒲之間，但也依品種之不同，口感也有差異。有些國家或地區甚至也食用夏南瓜的花冠（瓣），如同台灣食用絲瓜花一般。

888



同一天開花的雙生果，以人工授粉的一果發育迅速，無授粉的一果則沒長大。