



韭菜

文圖／吳展才

小檔案

學名：*Allium tuberosum*

英名：Chinese leek

科別：蔥科 Alliaceae

生態與性狀：為2至多年生草本宿根性植物，莖白色。葉青綠色，線形，扁平細長，生育強，分蘖多。花白，形小。蒴果，種子扁平，色黑。具有強烈氣味，蟲害問題不多。

作用：含揮發性精油及含硫化合物成分，具保暖、健胃、整腸功效。

原住民捍衛自家疆土，和漢人戰鬥可歌可泣的故事，流傳很多，雖然血腥，也不乏鬥智角力的情節。初到台灣的漢人為了生計，不得不上山找尋資源。為了避免和原住民發生械鬥，鞋子前後倒穿，故意留下下山的腳印，躲掉成為原住民出草的對象。原住民在多次下山出草，漢人當中有人情急生智，將韭菜和豆類搗爛拌成黃褐色，再擠成條狀放在原住民進攻的路線，原住民以為是村落裡必有巨漢留守，才會留下此等大的排遺物，因此放棄進攻，漢人不戰而屈人之兵，也為過去這段腥風血雨留下一些軼聞趣事。

韭菜在中國藥典中多次提及了它的功效。《本

草綱目》中記載："韭菜有補肝腎，暖腰膝。"《本草拾遺》中寫道："韭菜溫中下氣，補虛，調和臟腑，令人能食，益陽。"自古以來韭菜即有起陽草、長生菜等別稱。換成現代的稱讚，即為蔬菜中的威而剛。

在台灣主要栽植於雲林及台南地區。蟲害少，仍有農藥殘留問題，原來專吃韭菜根部的韭蛆，防治不易，故用藥量亦大。不過，韭菜本身卻是良好的蔬菜。其揮發性精油及含硫化合物高，具保暖、健胃、整腸的功效，但屬燥熱性蔬菜，不宜多食。韭菜是否有實質的壯陽功效，還是人們牽強附會，道聽途說而來，就有待現代醫學去驗證了。



狗尾草

小檔案

學名：*Setaria viridis*

英名：Indian heliotrope

科別：早熟禾科 (Poaceae)

生態與性狀：分布在中南部各地平地原野田間。為草本。全株密被剛毛，莖30~60公分，葉為單葉互生，具葉柄，葉片卵形。花序為穗狀花序。頂生。花密生綠色，後呈白色。花冠盆形，果實為闊卵形，花期3~9月。

作用：水萃物為小兒驅蟲良方。亦有健胃、治胃痛胃炎功能。

狩獵行為是原住民最具代表性的文化特質之一。除了是勇敢和男人職責的象徵之外，亦代表了他們自古以來傳承的智慧結晶。古代善於戰鬥保護族人和打獵的高砂族利用獵狗發現獵物時，會把尾巴翹得高高在草叢之上不斷搖來搖去知會主人的特質，往往都有豐碩的成果。一天高砂族在狩獵的時候，看到他們愛犬的尾巴到處搖晃，而且都變成紅色，走近一看才知道那是一種從來都沒見識過的紅色草花植物，因此便命名為"狗尾草"。不管狗尾草這樣是不是招搖過市，此後的狗尾草便成了台灣原住民家喻戶曉的名藥草。

狗尾草又稱狗尾蟲、母交藤、大尾搖。全草可食。狗尾草為藥膳名草，名列台灣十大特殊藥草，專治慢脾症及小兒發育不良。民間所謂"囡仔轉骨"，其實就是狗尾草的健胃除蟲去疳積功能，孩童腸胃健康，自然胃口佳，成長加速。以豬小腸燉狗尾草，為最原始的小兒驅蟲良方。另外，亦有健胃、治胃痛胃炎功能。狗尾草以沸水煮開冷卻後，是清洗痔瘡和腫瘡患部的良方。另狗尾草配以鳳尾草、赤查菜、白鶴靈芝、甜珠草、茅根等，煮成降火解毒清肝茶，是香甜可口之保健飲料。

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

小檔案

學名：*Sphaeropteris lepifera*

英名：Common tree fern

科別：桫欏科 Cyatheaceae

生態與性狀：為樹狀蕨類植物，樹高2~4公尺，是世界上最大的

蕨類，因此又稱“山大人”。幹粗壯，直立。葉序為長羽狀複葉、葉形尖端尖銳，邊緣鋸齒。葉片單生或2~3枚成簇。

作用：幼嫩的髓心、嫩芽、嫩葉除去密生的毛茸後，都可炒食。



筆筒樹

細數植物界中，從侏羅紀時代即留存至今的植物，非桫欏科的筆筒樹莫屬了。在國際「瀕危野生動植物種國際貿易公約」中，即列為保護項之一。根據化石記載，桫欏科植物最早出現於中生代的早侏羅紀，曾廣泛分布全球，後來因為氣候變遷，大量絕滅，目前分布區集中在熱帶和亞熱帶，在植物界中被譽為“活化石”。

因為年代久遠，筆筒樹也演化出特有的存活機制。筆筒樹有所謂的“樹裙”。由於生長在在亞熱帶或熱帶，蔓藤類植物特別多，且常常爬到喬木上面爭取陽光，筆筒樹的“樹裙”不會完全自樹身掉落，反而會讓蔓藤類攀緣，待蔓藤攀爬到一定的重量後，“樹裙”便會脫落，且在樹身上留下葉痕，因此利用誘拐蔓藤攀緣又落下的方式，筆筒樹讓它們永遠沒法子攻頂。

台灣的筆筒樹分布在中低海拔的陰濕林內。筆筒樹是最具有利用價值的蕨類，栽培蘭花用的蛇木盆、蛇木柱、蛇木屑等，即是利用筆筒樹糾纏交結的氣生根製作而成。因此筆筒樹又稱「蛇木」。由於樹幹韌度很強，是過去原住民建房子的重要材料。將帶有葉痕的樹幹鋸下，除去中心髓質，即成美觀的筆筒了，這也是它名稱的由來。

幼嫩的髓心、嫩芽、嫩葉除去密生的毛茸後，都可炒食，口感似大黃瓜，清脆而滑潤。筆筒樹也是中藥材，其根狀莖具清熱解毒、驅風濕等功效。

筆筒樹是優美的庭園樹，歷久不衰的活化石，雖然在自然生態中演化出特有的生存機制，卻擋不住人類對它生存權的剝奪和利用。