山藥品種及利用之介紹

張同吳 2004-09 花蓮區農業專訊 49:8-12

前言

山藥(Dioscorea spp.)俗名淮山,爲薯蕷科(Dioscoreaceae)薯蕷屬(Dioscorea)之蔓性多年生宿根植物,山藥自古以來即以優良的中藥材而著稱,有強身滋補的功效,「神農本草經」中最早將山藥列爲上品之生藥,具有「主傷中,補虛,除寒熱邪氣,補中益氣力,長肌肉,久服耳目聰明」之效;「本草綱目」則認爲山藥能「益腎氣,健脾胃,止泄瀉,化痰涎,潤皮毛,久服聰耳明目,輕身不飢延年」。現代之研究更指出山藥具有抗菌、防癌、增強免疫力等功用。山藥的營養豐富,含有大量的澱粉及蛋白質,是世界上主要的糧食作物之一。而山藥除主成份之澱粉及蛋白質外,尙含有粘液質(mucin)、尿囊素(allantoin)、膽鹼(choline)、纖維素、脂肪、維生素 $A \cdot B_1 \cdot B_2 \cdot C$ 及鈣、鐵、磷等礦物成份,爲一營養價值極高的保健農產品。山藥主要食用部位爲其地下塊莖,塊莖依形狀可分爲長形、圓形及塊狀等,每年春季萌芽,夏秋時地下塊莖迅速肥大,入秋後莖葉逐漸萎黃凋落,藤枯後爲採收適期。山藥是近年來重點發展的保健作物之一,目前栽培面積 1000 公頃以上,除了品種的選育之外,栽培技術的改進及開發多元化的加工產品,提高山藥的附加價值,將是未來山藥產業的發展方向。

山藥的品種

山藥原產於台灣、中國、日本及熱帶地區,目前主要產區多分布在熱帶,其中以中南美洲爲最多,次爲亞熱帶地區及非洲。薯蕷屬植物在全世界超過600種,主要的食用種則有50餘種。據調查指出,分布在台灣目前的薯蕷屬植物種類有14種5變種,分別爲大薯(D. alata)、紫田薯(D. alata L. var. purpurea)、家山藥(D. batatas)、大青薯(D. benthamii)、黃藥(D. bulbifera)、南華薯蕷(D. collettii)、蘭嶼田薯(D. cumingii)、恆春山藥或戟葉田薯(D. doryophora)、刺薯蕷(D. esculenta)、台灣薯蕷(D. formosana)、白薯莨(D. hispida)、日本山藥(D. japonica)、基隆山藥(D. japonica Thunb. var. pseudojaponica)及細葉野山藥(D. japonica Thunb. var. oldhamii)等。由於山藥種類繁多,目前農民在栽培面積較大之山藥種類,分別爲台農1號、台農2號、花蓮3號、紅肉山藥及刺薯等,分別隸屬於大薯、紫田薯、家山藥、基隆山藥等不同物種。因此就目前栽培面積較大之山藥品種種類及特性介紹如後。

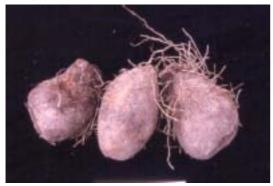
大薯

爲台灣目前栽培面積較廣,產量較高者,種類包括山藥台農 1 號、台農 2 號、大汕二、 大汕三等,目前以台中、南投、嘉義、台南等地爲主要栽培地區,此類山藥之葉片爲心形, 葉脈 7~9 條,莖蔓 4 稜翼狀,肉質顏色有白色、紅色等。台農 1 號之塊莖爲圓形或橢圓形, 褐皮白肉,公頃產量可達 30 公噸;台農 2 號之塊莖屬於中長柱形,公頃產量可達 40-60 公噸; 大汕二、大汕三品系是大薯類中產量較高者,公頃產量可達 40-80 公噸。

刺薯爲北部地區包括新竹縣市、台北縣市及基隆市等地所種植之山藥品種,葉片爲心形, 葉脈 7 條,莖基部有刺爲其特徵,塊莖爲長條形,表皮黃褐色,肉質白色,從種植到收穫需 時約9個月,屬於晚熟之品種,公頃產量約40公噸。



▲山藥台農1號葉片



▲山藥台農1號塊莖

紅肉山藥屬於大薯之變種紫田薯,葉片在其葉柄之基部爲紫紅色,肉質爲紅色,塊莖屬於中長柱形,目前以台中、南投、嘉義、台南等地爲主要栽培地區,公頃產量可達 30 公噸。

大薯類山藥不耐低溫貯藏,低於 10℃有寒害發生 且塊莖會有腐爛之現象,貯藏的最適宜溫度爲 16℃。 **家山藥**

花蓮 3 號在植物分類學上屬於 D. batatas 種,地下塊莖呈長條形。長可達 1 公尺多,寬 3.5 公分以上,表皮褐色,肉質白色,富粘性,具有休眠性,公頃產量平均可達 20 公噸以上,產量表現較其他長形山藥地方種穩定,栽培容易,具抗莖枯病等優良特性。收穫之塊莖耐貯藏,在 5℃低溫冷藏下可貯存達一年以上,不僅販售期間長,產品品質亦可保持不變,目前以東部花蓮、宜蘭等地爲主要栽培地區。



▲莖基部有刺之刺薯



▲刺薯塊莖



▲紅肉山藥之葉片



▲紅肉山藥之塊莖

恆春山藥

恆春山藥爲恆春地區種植之山藥品種,葉片戟形,塊莖爲長條形,表皮褐色,肉質白色,

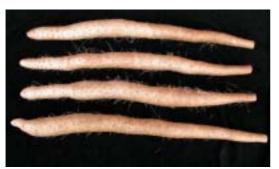
質地細緻,品質佳。恆春山藥品系採築高畦密植栽培,單位面積的株數較多,公頃產量可達20公噸。



▲花蓮3號山藥之葉片



▲恆春山藥之葉片



▲花蓮3號山藥之塊莖



▲恆春山藥之塊莖

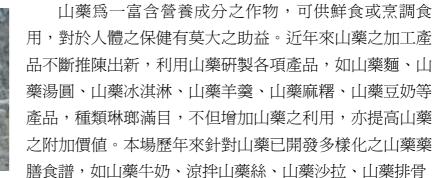


▲基隆山藥之葉片及零餘子

基隆山藥

爲宜蘭、花蓮及台北地區種植之山藥品種,塊莖爲長形,葉片形狀爲披針形,內質顏色有白色及黃內二種,質地細緻,烹煮後之口感頗佳,爲極具特色之山藥品種之一,公頃產量約20公噸。

山藥之開發利用





▲基隆山藥之塊莖

湯、四神湯、紅麴山藥等。

近年來國民所得提高,社會大眾逐漸重視身體保健與養生之道,促使藥用植物研究日益盛行,而保健植物產品之開發亦蔚爲風潮。本場以山藥花蓮3號、黃耆、黨蔘等保健植物及

小麥、蕎麥、薏仁、糙米等穀類作物,利用發酵技術,精製萃取,已成功研發山藥複方保健產品-山藥蕎奶茶。山藥蕎奶茶富含多種人體所需之營養,尤其是含有超氧歧化酶(SOD),並經過保健產品之安全性檢驗,無毒性,亦不含重金屬,總生菌數合乎食品安全標準,超氧歧化酶有清除自由基及延緩細胞老化之作用,對於人體保健有莫大之助益。

未來展望

山藥是目前最重要的保健植物之一,不僅營養豐富、滋補強身,且栽培期間病蟲害少,甚少施用農藥,食用部分爲地下塊莖,不易受到農藥污染,適合有機栽培,不論鮮食或加工食用均有益身體健康,爲一不可多得的保健植物,由於目前的山藥品種眾多,各具特色,未來應針對不同地區及品種的特性,開發適合鮮食、藥用或加工利用之多元化產品,以提高產品的附加價值,並發展成爲優質的保健農產品。









註:為積極推廣山藥,在花蓮縣目前已輔導成立了花蓮縣山藥產銷班、光復鄉山藥產銷班、 吉安鄉特用作物產銷班,面積共 35 公頃;宜蘭地區則成立了五結鄉及冬山鄉山藥產銷 班,面積共 15 公頃,一般民眾可逕與產銷班治購或與行政院農業委員會花蓮區農業改良 場連絡詢問。