

七. 嫩莖萵苣

學名：*Lactuca sativa* L. var. *asparagina* Bailey
(*Lactuca sativa* L. var. *angustana* Irish)

英名：Asparagus lettuce, Stem lettuce, Chinese lettuce, Celtuce.

別名：萵苣筍、萵筍、莖用萵苣、萵仔菜心、大心萵仔菜。

■郁宗雄



「帥透」嫩莖萵苣

(一) 概說

嫩莖萵苣屬菊科萵苣屬一、二年生草本。萵苣本為中西亞洲地中海沿岸或印度原產，我國在五世紀時傳入，但嫩莖萵苣似乎是在我國演化出來的，因為只有在我國各地盛行栽培，因此有Chinese lettuce之稱 (Joy Lar kcom: 1991, Oriental

vegetables)；安徽省渦陽縣將肉質莖去皮脫水製成的菜乾名薑乾，已有300多年歷史，在清乾隆年間被納入宮廷中佳品，故又名貢菜，在大陸上是一道名菜，至於另一有名的潼關醬萵苣筍，也已有300多年的歷史。美國在1938年由我國大陸引入，名Celtuce，是由Celery和Lettuce二字縮寫而來，其意並不是芹菜和萵苣的雜交種，而是質地清脆如西洋芹菜的萵苣之謂。

台灣在民國38年，由筆者和陳文郁先生在鳳山熱帶園藝試驗分所，分別自美國及大陸引進2個嫩莖萵苣品種，其中帥透(Celtuce)自民國43年正式推廣迄今，成為台灣重要蔬菜，其嫩莖除供涼拌生食和煮食外，並加工製成醬菜罐頭(俗稱小菜心)內外銷。嫩莖萵苣相當耐熱，在夏季高溫期葉菜類缺少時，多用作葉萵苣栽培。

(二) 氣候與土宜

嫩莖萵苣性喜溫涼氣候。種子發芽適溫在15~20°C，溫度超過27°C以上有高溫休眠性，發芽不良。苗期適溫12~20°C，但可耐5~6°C低溫及輕霜，成株耐寒力較弱。生育適溫16~20°C，而以晝夜溫差大時莖部貯藏物質較多，因而較粗壯。高溫長日下植株生長衰弱，促進花芽分化及抽苔，抑制莖部肥大，其感應性強弱依品種而不同。開花結子適溫20~25°C，溫度低於10~15°C時則花而不實。

日照充足時植株發育旺盛，葉大莖粗。

淺根性，不耐乾旱也不耐濕，鬚根密集而發達，主要根群分布在表土20~30公分內。土質以疏鬆膨軟，通氣性良好，有相當排水力及保水力，富含有機質肥沃的壤土至粘質壤土最為理想，土壤pH值在5.8~6.5之間最適。在保水性不良易患乾燥瘠薄的砂質土壤，根部發育不良，莖部不會充分發育，排水不良之地，根部縱不腐爛，也會發生濕害。

(三) 品種

嫩莖萵苣的莖部比其他萵苣類顯著發達，其肉質莖又粗又長成棍棒狀，長可達50公分，橫徑可達7公分，肉質清脆細嫩。

嫩莖萵苣在大陸有不少品種，依葉尖的形狀，可分為尖葉種和圓形(舌葉)種，依葉形可分為披針形、長橢圓形、長卵形等，依葉色可分為灰綠色、淡綠色、綠色、青綠色和紫綠色等，其中葉面又可分為有光澤及無光澤二類，依葉面平縐可分為平滑

和縐縮面，依莖色可分為白皮(白萵筍)、白綠皮(青萵筍)及紫紅皮(莖部帶紫紅色花青素)，依肉色可分白肉、綠肉和黃綠肉等。

選用嫩莖萵苣品種，以生長強健，抗病力強，莖部粗壯而不分叉者為優，茲介紹3個優良品種如下：

1. 帥透

生長強健，葉片灰綠色，長橢圓形，葉身平直



「陸下」嫩莖萵苣的葉形



綠肉的「帥透」(左)和白肉的「陸下」(右)



「陸下」的筍形皮色特白



尖葉品種



嫩莖萵苣「掛絲紅」品種

；莖部粗壯，橫徑可達7公分，嫩莖淨重500公克以上，肉色翠綠，肉質脆嫩，相當耐熱，抽苔較晚，種子黑褐色，千粒重約1.1公克。

2. 陛下

葉色比帥透稍濃，嫩葉葉面比帥透稍縐，葉形相仿，葉柄基部呈淡黃白色，抗褐斑病力較強。嫩莖白色，屬白高苣，中部比基部稍粗，可達7公分，筍形美好，重可達600公克，肉色淡白，品質脆嫩，最適於醃漬加工製造醬菜之用。抽苔比帥透稍晚。種子黑褐色，千粒重約1公克。

3. 掛絲紅

本品種的特徵為莖皮曝光時呈紫紅色，早生，易抽苔，葉部對於褐斑病抗力較強，葉色濃綠。

(四) 栽培管理

1. 播種育苗

嫩莖高苣在台灣平地播種適期，南部為9月至

翌年2月，中部為9月至翌年3月中旬，北部為9月至3月，秋作過早播種或春作過晚播種，則莖部較細瘦，不能得優品。在1,000公尺以上高冷地適於4月至7月播種。

在高溫期播種宜用15~20°C低溫催芽，在大陸農家夏季高溫期播種時，常將浸濕的種子用濕布包裹後吊於井內催芽。栽種10公畝地所需種子量依育苗方法而不同，如用苗床播種育苗，約需40公克，如用穴盤育苗約需25公克。高苣種子為好光性種子，發芽時需要光線，故播種後只需稍加鎮壓或覆土隱沒種子為度，切忌覆蓋厚土。

發芽後如用苗床育苗的，分批間拔過密苗，最後使苗距成5~6公分見方一株為度；如用穴盤育苗，以104孔(穴徑4公分)的為適，每穴播種子2~3粒，待發芽後陸續勻拔成每穴一株。育苗期約20天，待本葉4~5片時及早定植到田間。

苗期應注意灌水、排水、施肥管理，以養成壯健苗才有豐收的可能，衰弱苗不可能豐收。



嫩莖高苣在砂(左1)、砂加堆肥(左2)、壤土(右2)、壤土加堆肥(右1)中生育情形



嫩莖高苣栽培 行間間作茄子



嫩莖高苣開花



嫩莖高苣缺硼新症狀



嫩莖高苣缺硼症



施用硼素後回復生長正常葉片

2. 整地

土地選陽光充足，排水佳良之處，田間作高畦，畦幅110公分栽2行為原則，株距30~32公分為準，株距愈大，筍形也愈粗。植距不可太密，否則葉部同化作用降低，光合效率減弱，莖葉易起徒長細弱抽苔。

3. 施肥

嫩莖高苣以氮肥最重要，磷鉀肥次之；又嫩莖高苣喜有機質肥料，如屬可能宜多施，對產量及品質有幫助。

施肥量每10公畝以氮素(N)20公斤，磷酐(P_2O_5)及鉀素(K_2O)各16公斤為準，可視土壤肥瘠增減。如用台肥複合肥料24號(瓜果肥料10:8:8)，則用200公斤，其中100公斤作基肥，另100公斤分2次在生育期作追肥施用，第一次在定植後10天，第二次在第一次後10天。

嫩莖高苣最易發生缺硼症，為安全起見，每10公畝用硼砂1~2公斤作基肥施用，生育期隨時注意缺硼症的發生，如發現有缺硼症狀，宜速用硼砂加水200倍行葉面噴施，連續3次，每5天一次。

4. 其他管理

嫩莖高苣的莖與葉同時在生長，即莖部隨葉數的增加及葉面積的展開而增長增粗，故在生育期宜促進莖葉之生長，亦即應注意施肥之外，灌水也很重要。水分在莖葉生長旺盛之際最為重要，不可缺少，否則阻害肥大，但也不可過多，如驟乾驟濕，莖基部容易發生嚴重縱裂引起腐爛。

畦面敷草可保持畦土疏鬆，抑制水分蒸發及雜草發生，高溫期更可降低土溫，有利於根部發育。

除草可在整畦之後每10公畝用34%賜得圃乳劑300cc，加水400倍稀釋後全面均勻噴於土面，待2天後再定植。

培土可在第二次追肥之後進行。栽培莖用高苣，在生育期不可剝取下部葉片供食，以免影響莖部發育，但植株基部已枯死的老葉可以除去，以利通風透光，減少病虫害。

病害有菌核病、褐斑病、露菌病等，虫害有蚜虫及夜盜虫等，應注意防治。

5. 採收

嫩莖高苣定植後45~60天，莖高30公分以上至45公分左右見花蕾時隨時可收，收穫時先在田間除去植株中下部老葉，只留頂梢部少數嫩葉，然後齊地面割取，10公畝收量以2,500公斤以上為豐收。

6. 採種

嫩莖高苣為自花授粉蔬菜，不易發生雜交，且容易開花結實，在台灣採種無困難。採種的播種適期為10月至翌年1月，按普通栽培法，抽苔時淘汰莖部細小株、分叉株、畸型株及異株，定植後約80天開始開花，花株可高達150公分，由頂枝先開花，漸向下部側枝開花，開花後約經20天，種子(果實)上發生冠毛時為成熟特徵，待全株有三分之二種子成熟時，割取花枝，平敷尼龍紗上先陰乾後熟3~4天，然後再晒乾脫粒篩選，一株採種量以6公克以上為豐收。採種時應避免開花結子期在雨季。