

的好吃又營養

# 花菜苔



王進生

後約七十天可採收。每花蕾重量約六百至八百公分，側芽多，產量豐富。

(3) 綠山 (Green Mountain) 中生，栽植後約七十天可採收。每花蕾重量約四百至五百公分。花蕾整齊，花叢的小蕾較意國綠種粗大。

## 氣候與土宜

花菜苔喜歡溫和的氣候。攝氏十六至二十五度為生育適溫。但在十六至十八度時，花苔的品質最好。如超過二十五度，就不能生產好的花苔。

本省北、中、南部各地，均可在八月間開始播種育苗，九月栽植，栽植後六十至七十日收穫。九月以後可繼續播種栽植，直至翌年二月為止。在二月播種的，可在五月收穫。如再利用高冷地在夏季栽培，就可周年供應市場。

任何土壤都可栽培花菜苔。但為提高產量，須選擇富於有機質的砂質壤土及壤土。土地不可過旱或過濕。微酸性至中性土壤（酸鹼度六·二至六·八）最好。

## 播種、假植、定植

(1) 播種 ①種子須用千分之一「賜保根」(スパーゴン) 或「阿拉散」(アラサン) 作粉衣消毒。②播種床須在播種十天前準備，栽植十公畝地(一分地)需要播種床二坪，所需種子為三十五至三十五公分。③播種床(二坪)所需肥料如下：腐熟堆肥三十公斤，人糞尿一百公斤，過磷酸鈣十四公斤。④距六公分作條播。⑤播種床所需日數約十天，本葉二枚時假植。

(2) 假植 ①假植床所需面積十五坪。株行距各十五公分。②假植床(十五坪)所需肥料如下：腐熟堆肥一百五十公斤，人糞尿五百公斤，草木灰五公斤，過磷酸鈣三·六公斤。③日數二十天。

(3) 定植 花菜苔定植方法，與甘藍一樣。畦寬一·五公尺，株距〇·五至〇·六公尺。每畦栽植二行，十公畝栽植株約為二千五百至二千七百株。

## 即收、即賣、即烹調

主花蕾充分長大，花叢小蕾還沒展開前，為收穫適期。採收方式有兩種，一為連苔莖部一起採收，分為花蕾及苔部販賣。二為只收花蕾，留下苔莖部，等苔部側芽成長，形成第二、第三次花蕾，繼續採收花蕾。為使側芽生長良好，須繼續防治病蟲害，並注意肥培管理。第二、第三次的花蕾較主花蕾小，所以，應結束成把出賣。

溫度較高時，採收的花蕾容易老化變黑，所以，採收後，應立即販賣，或立即烹調。如有電氣水霜，用攝氏零度冷凍，可保持一星期不壞。

註：花菜苔病蟲害防治與肥培管理和甘藍一樣。花菜苔每十公畝(一分地)施肥標準如下：

肥料種類	總量(公斤)		追肥		
	基肥(公斤)	基肥(公斤)	一次	二次	三次
腐熟堆肥	一八〇〇	一八〇〇	—	—	—
過磷酸鈣	二五	二五	—	—	—
氯化鉀	九	九	—	—	—
尿素	一五	—	三	五	七
人糞尿	九〇〇	九〇〇	—	—	—

部分尿素可用人糞尿代替，但應作基肥施用。

近來，在市場上可以見到綠色像花椰菜樣的新種蔬菜出售，這就是數年前農復會自國外引入的「花菜苔」。也有人把它叫做「美國甘藍花」。

花菜苔滋味甜脆可口，營養較普通花柳菜豐富，是一種很有前途的新種蔬菜。但是因為很多人不知道這種菜苔如何烹調，目前的銷路還不很好，售價也高低不一。

臺北區農林改良場試種這種菜苔數年，認為全省各地都可栽培，尤其適於都市近郊或農家自給菜園種植。有興趣的農友，請準備今年夏季種植。

## 三個優良品種

(1) 德州一〇七 (Texas 107) 早生，栽植後約六十天就可採收。每花蕾重量約三百至四百公分，苔部較小，側芽少，株高稍矮。

(2) 意國綠 (Italian Green) 中生，栽植