

香藥草植物於庭園菜圃之應用

張定霖¹、周明燕²

壹、前言

隨著永續經營居家生活成為普世價值，消費者對於食品安全的重視等消費潮流湧現，庭園菜圃漸漸成為家居的一環，無論是在鄉間小居或是都市叢林裡，總可以見到在生活空間裡佔上小小一席的盎然綠意。庭園菜圃（Kitchen garden）或稱家庭菜園、廚房菜圃等，常為居家庭園（Home garden）構築元素之一。庭園菜圃可利用之植物素材通常包括：具有觀賞或食用價值的蔬果及香藥草植物，特別是具有烹飪調味用途的香辛植物，更是庭園菜圃中重要的成員。庭園菜圃之主要特色在於植物素材少量多樣化、強調方便性、收穫產品大部份自家使用、兼具觀賞和食用安全又可同時享受採收的樂趣。現代化之庭園菜圃則應滿足有機及樂活（LOHAS, Life styles of Health and Sustainability）的潮流，抑或 Long Stay 的環境設計訴求趨勢，在特殊情況下可能還要具有園藝治療（Horticultural therapy）的功能，香藥草植物（herbs）



▲現代化之庭園菜圃則應滿足有機及樂活（LOHAS, Life styles of Health and Sustainability）的潮流，抑或 Long Stay 的環境設計訴求趨勢，在特殊情況下可能還要具有園藝治療（Horticultural therapy）的功能，香藥草植物（herbs）在庭園菜圃中即扮演相當重要角色。

1. 植苗改良繁殖場 副研究員兼繁殖技術課課長
2. 植苗改良繁殖場 助理研究員

在庭園菜園中即扮演相當重要角色。

香藥草植物的原意是本草、芳草、藥草，同義字為「vegetable」，因此「香藥草植物」為廣義的集合名詞。而香藥草植物涉及之用途可能包括：香料作物（spices crops）、芳香植物（aromatic herbs）、藥用植物（medicinal herbs）、機能性食品（functional foods）、民俗植物（ethno-plant）、精油作物（essential oil crops）、料理用作物（culinary herbs）等等。例如：茴香、蒔蘿新鮮莖葉供烹飪食用，即是香辛蔬菜、料理用作物、芳香植物。但是其乾燥根、莖、葉、果實或種子卻是重要香料，因此是香料植物。用於治療疾病則為本草、藥用植物。用於人體特定營養調理或保健之用，則為保健植物或機能性食品。做為精油生產則為精油作物。而開花時用於田園或庭園景觀則為觀賞植物。但這些名稱應屬於各領域之專有名詞，也就是說，同一

種植物可能在不同領域會有不同之用途和稱謂，因此本文沿用香藥草植物一詞。

香藥草植物的栽植應用，符合庭園菜園之各項條件訴求，但目前市面上流通之香藥草植物，除了少數為本土性植物外，多由歐美地區引進，因受台灣氣候環境影響，其植栽利用是有所限制的，譬如薰衣草、百里香等原產於地中海沿岸夏季溫涼乾燥地區，這類植物在原生地之自然生長型態為亞灌木或灌木性植物，引進台灣後秋冬季為栽植適期，台灣的夏季高溫多濕環境，可能導致它們僅能維持一個生長季或一、二年之生長型態，使得利用價值大為降低。在台灣高溫多濕環境栽植西洋香藥草植物，確實是個頭痛問題，為此，在植栽上利用時就必須先了解香藥草植物之生長特性，配合消費者的使用習慣，進而調節植栽適期，才能達到推動庭園菜園生活化之目的。台灣適用於庭園菜園的香藥草植物，根據相關植栽紀錄顯示，包括香



▲ 圖一 香藥草植物可能因用途之不同造成稱謂上之差異。

在庭園菜園中即扮演相當重要角色。

香藥草植物的原意是本草、芳草、藥草，同義字為「vegetable」，因此「香藥草植物」為廣義的集合名詞。而香藥草植物涉及之用途可能包括：香料作物（spices crops）、芳香植物（aromatic herbs）、藥用植物（medicinal herbs）、機能性食品（functional foods）、民俗植物（ethno-plant）、精油作物（essential oil crops）、料理用作物（culinary herbs）等等。例如：茴香、蒔蘿新鮮莖葉供烹飪食用，即是香辛蔬菜、料理用作物、芳香植物。但是其乾燥根、莖、葉、果實或種子卻是重要香料，因此是香料植物。用於治療疾病則為本草、藥用植物。用於人體特定營養調理或保健之用，則為保健植物或機能性食品。做為精油生產則為精油作物。而開花時用於田園或庭園景觀則為觀賞植物。但這些名稱應屬於各領域之專有名詞，也就是說，同一

種植物可能在不同領域會有不同之用途和稱謂，因此本文沿用香藥草植物一詞。

香藥草植物的栽植應用，符合庭園菜園之各項條件訴求，但目前市面上流通之香藥草植物，除了少數為本土性植物外，多由歐美地區引進，因受台灣氣候環境影響，其栽植利用是有所限制的。譬如薰衣草、百里香等原產於地中海沿岸夏季溫涼乾燥地區，這類植物在原生地之自然生長型態為亞灌木或灌木性植物，引進台灣後秋冬季為栽植適期，台灣的夏季高溫多濕環境，可能導致它們僅能維持一個生長季或一、二年之生長型態，使得利用價值大為降低。在台灣高溫多濕環境栽植西洋香藥草植物，確實是個頭痛問題。為此，在栽植上利用時就必須先了解香藥草植物之生長特性，配合消費者的使用習慣，進而調節栽植適期，才能達到推動庭園菜園生活化之目的。台灣適用於庭園菜園的香藥草植物，根據相關栽植紀錄顯示，包括香



▲ 圖一 香藥草植物可能因用途之不同造成稱謂上之差異。



▲ 種苗改良繁殖場建置的香藥草園區收集香藥草植物種類多達800多項，園區除了具備種源保存功能外，更規劃成具有遊憩休閒之多功能香藥草園區。

辛蔬菜、香花植物、香料植物、飲料植物等類別之香藥草植物都可進行栽培利用。本章節依實用分類做概括性介紹，讀者引用請勿涉及醫療行為。

一、香辛蔬菜

在日常生活中常見的香辛蔬菜如芹菜、茴香、蒔蘿、莖等；香辛佐料如日本當歸、圓葉當歸、芫荽、刺芫荽、羅勒、蔥、蒜、薑等。凡新鮮莖葉具特殊香氣以供蔬菜用途者屬之。隨著有機養生觀念的興起，栽培容易、病蟲害少的台灣鄉土蔬菜也日益風行，各地休閒餐廳為求特色，香辛蔬菜也成為特

色風味餐的主角。

菊科植物角菜（*Artemisia lactiflora*），俗稱甜菜、香芹菜、珍珠菜等，原產中國大陸，適合台灣中北部春夏秋季種植。一、二月間開白色花，非常美麗。莖葉帶有淡淡的菊花香，型態如芹菜，嫩莖葉適合炒食，或搭配魚、蛋花煮湯烹調。是夏季颱風季節替代性良好之清涼蔬菜。

水芹（*Oenanthe javanica*），繖形科植物，俗稱水芹菜、細本山芹菜，原生於中低海拔潮濕地，人工栽培時需較高濕度。型態比芹菜



▲ 種苗改良繁殖場建置的香藥草園區收集香藥草植物種類多達800多項，園區除了具備種苗保存功能外，更規劃成具有遊憩休閒之多功能香藥草園區。

細緻，多匍匐生長。全株充滿山芹菜般清香味，嫩莖葉搭配肉絲炒食或加入魚干清煮，或以米酒、香油少許製成鹽漬沙拉小菜，風味絕佳。另一近屬植物蘘芹（*Sium Suave*）亦供香辛蔬菜利用，經軟化栽培後食用品質提高，但清香風味不若水芹。

日本當歸（*Angelica acutiloba*）嫩葉也作為海鮮、肉類或素食調味佐料利用。

食茱萸（*Zanthoxylum ailanthoides*），為芸香科落葉喬木，俗稱紅刺蔥，台灣原生植物。為

泰雅族、阿美族、魯凱族、排灣族等族裔重要之民俗植物。食茱萸嫩葉為著名香辛料，常用於煮食海鮮、肉類等調味，具特殊香氣。嫩葉為皮蛋豆腐佐料，或沾以蛋汁油炸皆為美味風味餐。種子碾碎亦供肉類醃製調味香料使用。食茱萸植株幼年期，植株莖葉多刺味道清香，成株香味會轉為辛辣。春夏季於地面約1~2呎處截幹，使其再次萌生嫩芽，則可提高嫩芽產量，維持風味清香。

香椿（*Toona sinensis*）為楝科落葉喬木，原產中國大陸，為中國

傳統著名木本蔬菜，香椿通常概分為黃葉種及紅葉種，放任生長樹高可達20公尺以上。利用截幹處理可讓香椿植株矮化，除冬季落葉期外，均可採收嫩葉食用。涼拌豆腐、炒蛋、香椿醬、香椿切細製成肉燥，或炒香後拌入涼麵、炒麵都是傳統佳餚。依據近年來相關研究顯示，香椿具有優良的抗氧化及抗菌功效。

其他在台灣地區被應用於食用之香辛野菜，尚包括利用花苞為特色風味餐料理材料的穗花山奈（*Hedychium coronarium*）俗稱野薑花、月桃（*Alpinia speciosa*）。利用嫩芽為料理材料的山柚（*Champerea manillana*）等都是不可多得的植物資源。

二、香花植物

香花植物因帶有香味，為最重要之庭院觀賞植物，深受人們喜愛。台灣香花植物資源最具利用歷史者，應首推茉莉花、梔子花與秀英花三種，這三種香花植物與茶葉文化息息相關。因為花茶（香片）之製作過程必須以含苞待放之香花來燻香，其中茉莉花和梔子花目前亦持續使用中。根據中國茶經之記載，花茶之製作尚包括桂花、金銀花等十多種香花植物品味。

在香精之利用方面，目前茉莉花、梔子花、玉蘭花、晚香玉、法國素

馨等為重要香精來源。金銀花可能是在中國最早被利用之香花植物之一，它除了具有清熱解毒功效外，根據藥學文獻記載推測，早在中國宋朝時代即有所謂吊花露之蒸餾調製技術存在。橙花香精和柚皮香精可能是台灣目前具小規模量產之香精油，已應用於香皂、洗髮精、護膚乳等化妝品製造。其實香花植物之利用並不止於如此，以桂花為例，其加工製成桂花蜜、桂花釀均為美味雅致的產品，深獲饕客讚賞。梔子花除了香花及香精用途外，黃梔子果實是重要中藥材，也是天然黃色染料，廣泛應用於食品添加物中。

三、香料植物

咖哩是以薑黃（*Curcuma longa* L.）為材料加入十多種香料製成的調味聖品，肉桂、茴香、八角、花椒、橘皮、丁香、沉香、乳香等可能是讀者最耳熟能詳的香料，意有所指香料植物指的是根、莖、葉、花、果、種子以至樹脂等具有香味功能者屬之。這類具有香味的乾燥材料常見於食品、酒類釀造、化妝品、薰香、線香等用途。較常見的西洋香料植物如歐芹、百里香、迷迭香、羅勒花穗、月桂、檸檬香茅、檸檬葉等。香料植物是廚房重要的調味素材，在食物料理上被廣泛應用，也是國際上重要的貿易物品。

四、飲料植物

綠薄荷、香蜂草、薰衣草、迷迭香、百里香、德國甘菊等為常見的香草茶材料。台灣某些香藥草植物如刺五加、香椿、山香(*Hyptis suaveolens*)、風茹(*Glossogyne tenuifolia*)、岡梅(*Ilex asprella*)、台灣蒲公英(*Taraxacum formosanum*)等早已是有名的飲料植物，可做為庭園菜園之多重選擇。

貳、結語

香藥草植物在庭園菜園栽培時最常發生的問題，往往是因為未適地適作或是栽培季節不適宜，造成植物生育不良、栽培失敗，也因此嚴重打擊消費者栽培信心及對香藥草植物種苗的信賴度。為了能順利推動庭園菜園之消費行動，育苗場及種苗零販商、花店應避免推廣不適季節栽培之產品項目，以重建消費者的栽培信心，是讓庭園菜園永續經營的最根本關鍵。

消費者是需要持續不斷的教育。香藥草植物種苗販售時，通路服務業者應明確的告知消費者：產品是否為消費性的迷你草本植物，或是需移植到較大容器、甚至需要定植到底園的宿根性作物。對於消費者所選購的香藥草植物種類該如何栽培管理、如何採收利用等等資訊的提供及教育也是重要的服務項目，唯有持續及耐心的教育，才能讓消費者一而再的持續消費種苗及相關資材。

香藥草植物繁殖栽培之成功要件，亦在

於選擇適當季節及香藥草植物種類適地適作，可以得到最佳成效。消費者進行家庭菜園活動時，食品安全考量是很大的動機之一。為了顧及食用者健康起見，栽培者在栽培管理過程中應盡量避免使用化學農藥，有機栽培法將是家庭菜園的重點栽培模式。

有機栽培時之病蟲害防治及肥培管理，可以妥善利用糖醋液、木醋液、辣椒、大蒜、苦楝素等製液之使用。亦可配合枯草桿菌、放線菌、光合成菌等有益微生物的施用，來達到提升香藥草植物產品安全之目的。目前有機栽培的管理措施僅止於產程及產品之認證，對於種子、種苗供應源頭及栽培介質、有機質材等之規範及認證制度皆尚未建立，這對推動家庭菜園、導入樂活栽培的目標仍有一段亟待努力的距離。

庭園菜園的樂趣在於不受空間限制，只要有一方寸的空間即可享受田園樂趣，甚至在沒有空閑土地的空間裏，也可以透過使用大型容器栽培，達到健康、養生、樂活的功能目的，因此，近年來，各國在庭園菜園這個區塊的消費趨勢無不明顯突升，也造就無限商機。台灣園藝業界的經營者不妨朝此方向研發新的栽培模式、提供優質質材、開發周邊商品，提供良好服務，相信一定可以為園藝作物消費市場開發出另外一片藍海。