



目錄 Contents

落 蕎

- P03 | 前言
- P04 | 栽培技術
- P07 | 整地
- P08 | 育苗及繁殖
- P13 | 播種移植及栽培密度
- P14 | 肥培管理
- P15 | 灌排水
- P16 | 病蟲害防治
- P18 | 收穫



落 蕎

lakiu

學名：*Allium bakeri Regel*

科名：百合科

別名：lakiw（阿美族、卑南族）、

rakiyu（排灣族）、

火蔥、小蒜、蕎頭、薤

分佈：中國大陸的長江流域和以南各省區等地、柬埔寨、

越南、日本、美國、寮國






| 前言 |

蒨菁幾乎是花東地區原住民家家戶戶具備的佐餐菜之一。不論醃漬、生食皆宜，每年 3~6 月開始就是蒨菁與箭竹的盛產時期，花東地區路邊攤販或傳統市場都可以遇見蒨菁的販售。而許多外地遊客對於這種強烈氣味的植物外觀又似蔥非蔥，似韭非韭的植物十分陌生，除了在在臺灣東部以外的市場，幾乎很少能夠接觸到它的機會。在阿美族的眼中，是飲食文化中無法或缺的重要佐菜，不管沾鹽生食或添加醋、糖下去醃漬加工，都是很受歡迎的菜餚之一，打開阿美族人的冰箱，辣椒之外就是蒨菁了。雖然蒨菁的原產地來自於中國大陸，但經過阿美式栽種與食用，早已深耕於日常的飲食文化當中了。近年來的研究發現它含有十二%的糖類物質，它的特殊香氣就是來自於含有硫化烯丙與硫磺化合物，硫化烯丙是促進維他命 B1 被人體所吸收，除此它也能夠促進糖類的吸收與代謝。這也是未甚麼傳統的飲食中會認為蒨菁有助於幫助消化、增進食欲、消除胃脹氣的功能。硫磺化合物在醫學上證實對於部分胃部疾病有抑制的效果，它所含非溶性食物纖維為所有食用植物中最高的，也有助於腸胃道的蠕動。而透過科學的驗證可以證明先人長久以來所累積的傳統飲食文化之道。



| 栽培技術 |

落萹喜性冷涼氣候，因此在臺灣諺語「七月蔥、八月蒜、九月落萹」就說明了落萹的栽培時間大約從 10 月開始到隔年初夏時節是比較適合栽培的時間。栽培後可以持續採收 7 月，隨著氣候炎熱，落萹的鱗莖開始縮小並轉向紅色，風味也會呈現嗆辣的口感，因此在 7 月採收後，即可將田間的植株採收起來冰存做為下次栽培使用的種苗。天氣開始轉為冷涼食就可以開始著手進行栽培。在農曆 9 月左右開始栽培，隔年的 1~3 月間就可以進行採收。落萹適合冷涼的氣候時節生產的作物，耐低溫卻不耐高溫氣候。但對病害的抵抗力卻很強，栽培至鱗莖肥大葉片青綠到紅莖出現時，就是可以採收的時間。4~7 月是採收最集中的時節，栽培者可因應市場需求提前栽培，以錯開集中上市的時間，也可減少價格被壓低



栽培管理良好的植株會持續的分蘗生長側芽，就會生長出心的植株，在栽培約 3-4 個月後就可以開始採收，並且將新長出的幼苗繼續栽培

的情況產生。栽培期間注意土壤通透，並且在土壤表層覆蓋1~3cm的稻草有助於鱗莖減少陽光直接照射，促進鱗莖膨大維持幼嫩，並且有助於抑制雜草的生長。



栽培期長，施用有機肥的量會比一般的蔬菜還多，施肥食必須注意避免肥料直接接觸植株造成植株的損傷



栽培管理良好的植株會持續的分蘖生長側芽，就會生長出心的植株，在栽培約 3-4 個月後就可以開始採收，並且將新長出的幼苗繼續栽培





蒨菁栽培期長，栽培田的整妥善整地是必然的主要工作，開溝作畦、鋪滿稻草讓往後的栽培能節省下許多除草的工作

| 整地 |

栽培前整地必須注意由於蒨菁屬於栽培時間較長的作物，栽培前可以施用稻殼或落葉堆肥等有機質可以增加土壤的通透性，減緩長時間栽培造成的土壤通透性降低的因素，整地同時也可以預先補充有機肥料以作為基礎肥。有效的增加土壤肥力與維持土壤的通透性有利於未來作物的生長與收穫品質。在整地完成後在開溝耕耘作畦，畦面可以栽培管理習慣以單行的畦面 20cm 寬為主，若是習慣以 4~5 株並排的栽培方式則可以 1m 的寬畦面為主。蒨菁的栽培畦高只需要 5-10cm。整地完成後可以在畦面上的土壤表層覆蓋 1~3cm 的稻草或是使用雜草抑制蓆覆蓋土壤表面，有助於鱗莖肥大並且抑制雜草生長以及土壤表層的沖刷流失。

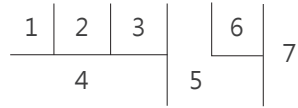


| 育苗及繁殖 |

栽培期期間會陸續從側邊陸續生長出許多比較幼小的植株，在生長期間必須不斷的分株、分叢，將較小的植株做為隔年使用的種苗，而較大的植株則可在當季採收販售。幼苗分別栽培，在天氣逐漸轉為炎熱的氣候時，將未成熟的幼苗採收，保存於冷藏乾燥的環境中，做為下次栽培的種苗。採收後將幼苗的枯葉腐根去除清理，並且去除根部多於土壤。再利用報紙或牛皮紙包覆冰存於4~6°C低溫環境，保存期間必須注意維持透氣與乾燥，減少過多的水分防止腐爛情況產



生，若有苗栽腐敗死亡則應盡快去除，並且重新包裝維持苗栽健康。



1. 以每叢 2-4 株為一小叢分株栽培
2. 栽培時將根莖埋入土中，壓實讓植株地上部立廷，減少地上部與土壤的直接接觸可以防植病害的發生
3. 分苗後每叢只留 1-3 株苗栽，壁米栽培過於密集有助於鱗莖的膨大
4. 分株後保留根系完整，再以 2-4 棵為苗為一叢進行栽培
5. 栽種整齊
6. 作好栽培管理的田區，植株強健雜草的數量少，病蟲危害也隨之降低許多
7. 作好栽培管理的田區，植株強健雜草的數量少，病蟲危害也隨之降低許多









播種移植及栽培密度

路蕎麥在栽培時先行進行整地以維持栽培土地的平整，栽培密度將採收後的幼苗以2~3株為一叢進行栽培，每叢行株距間隔以20~30cm，生長期間若發現生長旺盛的幼苗則可再進行分株作業再進行栽培，每叢栽培密度不宜過高，栽培密度過高植株之間容易相互壓迫影響生長，並且容易造成植株間積水，莖部腐爛的現象。



鋪滿稻草讓往後的栽培能節省下許多除草的工作



| 肥培管理 |

由於整體栽培到採收的生長期較其他葉菜類的作物長，栽培整地必須確保土壤的肥力，整地時可以先行施用有機質含量高的肥料作為基礎肥，栽培期間定時施用有機肥或噴灑液肥，栽培後陸續生長出3~4株後可再進行追肥，分株至7~8株後再追施一次。肥料的施用方式建議灑於植株外圍根圈，避免肥料直接接觸植株，肥料直接碰觸植株時容易導致養分濃度過高造肥傷使植株受傷，施用時應維持適當距離。



| 灌排水 |

路蕎麥適合冷涼氣候，但

對於水分的過高的土壤環境不利於它的生長，整地作畦要留意維持良好的排水，尤其在栽培期間適逢花東地區受到東北季風的影響，降雨機率高山區雨水豐沛，更需要注意排水及維持良好的土壤的通透性，避免過多的水分造成淤積現象產生，灌溉完成後也盡快讓多餘的水分排出田間，維持田間土壤鬆軟，避免浸澇影響栽培品質。





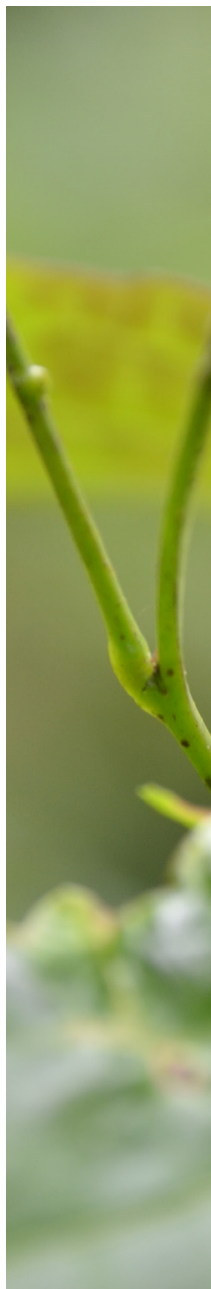
蝻斯食性廣，經常造長野菜栽培受到啃食的危害



甜菜白帶野螟蛾在秋冬季節容易大量的發生，栽培管理上必須加以防治

| 病蟲害防治 |

落蕎雖然具有強烈的嗆辣氣味，對於一些昆蟲會產生忌避的效果，但仍然會有其他昆蟲的危害的產生，尤其在冬季栽培期栽培密度過高、田間水分太高通風不良容易產生露菌病，若發生露菌病則盡量快速移除病植株，並噴灑枯草桿菌、木黴菌等有機製劑。若使用波爾多液在使用前必須告知認證單位，才能使用。而害蟲則以甜菜夜蛾、薊馬類、麥蔥蚜蟲類危害居多。蟲害發生時則可以利用蘇力菌進行防治，使用方式視危害的害蟲種類依包裝上使用說明加以使用。





蛾類是野菜栽培過程中棘手的害蟲之一



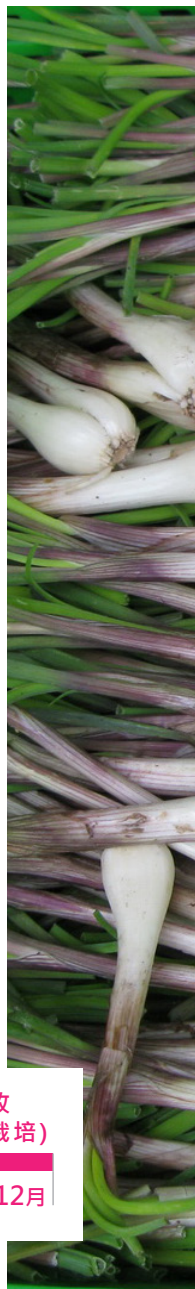
路蕎綠色莖部可以做為替代辛香料
(蔥) 使用

醃漬路蕎

| 收穫 |

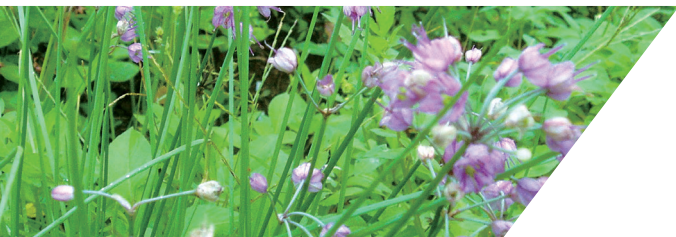
路蕎採收販售主要是以膨大的白色鱗莖為主，若要獲得比較好的鱗莖品質以外側葉片開始枯黃鱗莖膨大後為最適合的採收時機，雖然在傳統的販售上都是以鱗莖為主，但是路蕎葉片也同樣具有獨特的香氣，因此在採收時可以分開販售，也可以在栽培期間採收部份葉片部位作為辛香料販售。

採收(育苗、栽培)					停止栽培		育苗	栽培	採收 (育苗栽培)		
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月





薺採收



書 名 | 有機野菜栽培管理手冊 - 落蕎篇

指 導 單 位 | 原住民族委員會

發 行 單 位 | 花蓮縣政府

執 行 單 位 | 財團法人石材暨資源產業研究發展中心

文 字 編 輯 | 潘文欽、蘇秀蓮

攝 影 | 潘文欽、蘇秀蓮

ISBN

