

枸杞葉用品種之引進

■馮永富、張燦如

枸杞為茄科枸杞屬多年生蔓生灌木，別名枸杞菜、天精草、甜菜、地仙苗、枸杞尖、枸杞苗、枸杞頭。淺根性。枝條細長可達一公尺以上，莖節有刺或無刺，葉輪生呈長卵或闊圓形，葉柄基部兩側附生托葉，花紫色。全株各部份皆可供利用。果實為中藥枸杞子，根為中藥地骨皮，嫩葉可作為藥菜兼用。

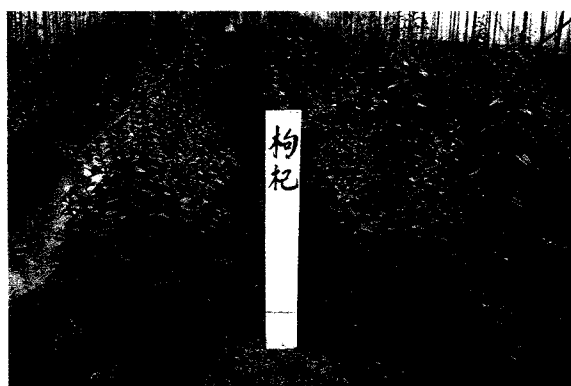
據詩經記載，早在三千年前，我國已對枸杞加以利用。枸杞葉在我國廣州香港栽培歷史悠久，公元11世紀後期已有栽培之記錄，廣州年栽培面積約150公頃，每公頃年產量60~70公噸。枸杞葉可作湯、炒食，具有補虛益精，美變白，清熱，祛風明目的功效，或曬乾作為茶葉沖泡能止渴，為一種深具推廣價值之健康食品作物。而本省僅在高雄縣美濃地區有枸杞子的栽培，因本地種枸杞刺多葉片細小，徒增栽培管理的困難，所以目前枸杞葉尚沒有商業栽培。

鑑於本省因沒有適合葉用枸杞品種，而阻礙枸杞葉栽培的發展，特從香港引進當地葉用品種。從民國八十五年二月初引進約五十枝插穗，經兩次增殖，現已育有約三百株成株，約一千株幼苗，可供試驗推廣之用。

一、氣候土宜

枸杞對土壤適應性廣，各種土質均可栽培。因淺根性，耐濕耐陰，不耐旱，好肥，故栽培於保水力好豐富有機質的砂質土壤

中，有助豐產。生育適溫在15~25℃，25~30℃時生育轉緩，節上的莖刺會轉變為側枝；30℃以上甚至會發生落葉；25℃以下隨溫度降低加速生長，至10℃左右則生長變慢。9月扦插繁殖，10月定植，定植後約50~60天採收，陸續採收至翌年4月底。葉用種枸杞於5~6月間開始開花，開花不多，少有結果。因有不耐熱的缺點，夏季需以遮陰方式栽培，或高海拔地方栽培，才能達到周年生產。



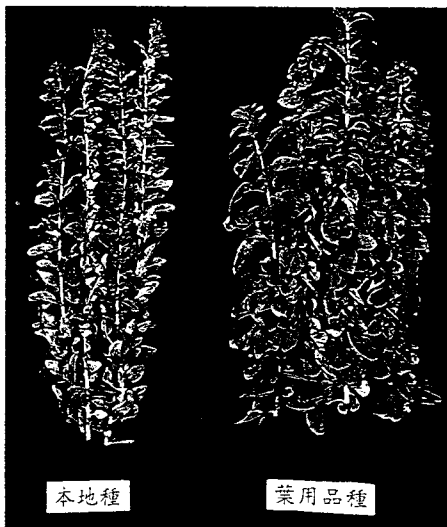
▲枸杞試驗田



▲本地種與葉用種枸杞的比較

二、品種

枸杞葉大致上可分為本地種和大葉種(葉用種)兩個品系。本地種葉片較小，長卵形，味道較濃，節上有莖刺，枝條細長，半直立或弧垂。大葉種葉片較大，闊圓形，味道較淡，質地較嫩，生育旺盛時節上無刺，高溫期節上有刺，枝條直立強。



▲扦插十九天後的枸杞扦插

三、栽培管理

(一) 育苗、定植

枸杞葉採用扦插繁殖，選用當年生木質化粗壯枝條約 10 公分，其中要有四、五個節位，一半插入介質，新根和嫩芽皆由節位上長出。生育力強，無需要用發根素。扦插時如保持介質濕潤，略有淹水現象，有利植

株抽稍和發根，待三、四週後植株生長良好後，排去積水，進行健化。從扦插到定植，只需四、五週則可。直接於扦插在田間亦可，但需要充分澆水，常保持土壤濕潤。株行距為 45 ~ 50 公分。



▲高溫下葉用枸杞長側枝的情形

(二) 田間管理

枸杞需肥，且耐肥。定植前應多施基肥，促進生長長，提高產量。枸杞根系淺，吸收能力弱，平時需要注意灌溉保持土壤濕潤。每次採收後進行中耕除草。

因枸杞葉栽培研究尚短，暫時推薦施肥用量，每公頃施用堆肥 10 公噸：氮素 90 ~ 120 公斤、磷酐：30 ~ 60 公斤、氧化鉀：160 ~ 200 公斤。施肥時期及分配率如下表：

肥料別	基肥	第一次追肥 (定植後一個月)	第二次追肥 (定植後二個月)	第三次追肥 (定植後三個月)	第四次追肥 (定植後四個月)	第五次追肥 (定植後五個月)
氮肥	25	15	15	15	15	15
磷肥	50	—	—	50	—	—
鉀肥	25	15	15	15	15	15

(三) 病蟲害防治

病蟲方面，經觀察發現本地種和大葉種枸杞的同共蟲害有蟲瘿、蚜蟲和紅蜘蛛。本地種葉片味濃，蚜蟲為害較輕；而大葉種對蟲瘿較有抗性，在田間消除病株作防治方法。偶爾發現有薊馬、夜盜蟲和紋白蝶的卵，未危害水平，不用防治。共同病害為白粉病，所以栽培行株距不能過密，必須保持通風。



▲枸杞受紅蜘蛛為害的情形



▲本地種枸杞長蟲瘿的情形



▲受白粉病為害的枸杞田

化學防治方法，請參考農林廳編印之植物保護手冊。

如進行有機栽培，可使用草蛉對蚜蟲作生物防治，利用黃色黏板捕殺害蟲並配合施用苦楝油與苦楝精300~500倍，防治蚜蟲和白粉病，1,200~1,500倍的石灰、硫黃合劑，防治白粉病和紅蜘蛛。栽培行株距不宜過密，通風良好將有助降低病蟲害之發生。

(四) 收穫期和留種

定植後至第一次採收需約50~60天，基部葉老化前採收，在基部刈取嫩枝販賣，僅留約二、三個節位，供其繼續發芽生長，由於腋芽生長速度不一，以後可視實際情況陸續採收，需採收數次之後才到達盛產。因此商業栽培時，可採一穴定植三株的方式，提高早期產量，儘早達到盛產期。採收期從11月至翌年4月底。

5月初以後，氣溫上升，不利枝葉生長，便進行留種。原地保留五分之一植株，不予修剪，不施肥，減少灌溉，抑制其生長。其他植株可掘起曬乾，老根去皮用成爲中藥地骨皮。

四、枸杞葉的營養及藥用價值

據日本分析枸杞葉含甜菜 (Betaine)、芸香甘 (Rutin)、維生素C、 β -穀脂醇 β -D-葡萄糖甘 (β -Sitosterol- β -D-glucoside)、硫胺素抑制物；作茶葉沖泡，其中含肌甘 (Inosine)、6-氧嘌呤 (Hypoxanthin)、胞嘧啶酸 (Cytidylic acid)、尿甘酸 (Uridylic acid)、極少量的琥珀酸、

焦穀氨酸 (Pyroglutamic acid) 、草酸及多量的穀氨酸、天門冬氨酸、脯氨酸、絲氨酸、精氨酸等。

據中國醫學科學院衛生研究所食物成分分析，其營養成分如下表 (100g)：

	水分 (g)	蛋白質 (g)	脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	熱量 (Kcal)	粗纖維 (g)	灰分 (g)	鈣 (mg)	磷 (mg)	鐵 (mg)	胡蘿蔔素 (mg)	硫胺素 (mg)	核黃素 (mg)	尼古酸 (mg)	抗壞血酸 (mg)
葉	83.5	5.8	1.0	6.0	56	2.0	1.7	15.5	67	3.4	3.96	6.23	0.33	1.7	3

據中藥大辭典的記載，枸杞葉味甘而涼，補虛益精，清上焦心肺客熱，止渴，祛風明目。治虛勞發熱，煩渴，目赤昏痛，障翳夜盲，崩漏帶下，熱毒瘡腫。但與乳酪相惡。

五、食用方法

因枸杞葉的食用尚未普及，故將收集到的食用方法，簡介如下：

(一) 枸杞葉加糖炒食，或煲湯加鹽，可平肝經火旺，頭暈目眩，神志煩躁，夜眠不寧。

(二) 枸杞葉味苦性涼，能清肺部熱患。凡小兒出麻疹後，宜用枸杞葉與蘆筍煲湯。

(三) 小兒患百日咳將癒時或癒後，肺部內熱重，宜用枸杞、水田芥和生藕片三味煲湯代茶。

(四) 眼睛紅腫或悲傷流淚過度，可以新鮮豬肝 120 公克和枸杞葉 (葉與莖) 400 公克煮湯。

(五) 治五勞七傷，房事衰弱：枸杞葉半斤，粳米二合，煮粥，以五味，末蔥白等，調味食之。

(六) 治陽氣衰，腰腳疼痛，五勞七傷：枸杞葉一斤，羊腎一對 (細切)，米三合，蔥白十四莖，空腹食之。

(七) 治急性結膜炎：枸杞葉二兩，雞蛋一只，煮湯，每日一次。

(八) 治年少婦人白帶：枸杞葉炒雞蛋。