

作者：彭德昌 助理研究員
作物環境課
土壤肥料研究室
電話：(03)8521108 轉 370

花蓮地區山苦瓜之肥培管理



前言

山苦瓜(*Momordica charantia* L. var. *abbreviata* Seringe)為葫蘆科苦瓜屬一年生或多年生之草質藤本植物，別名野苦瓜、小苦瓜、短果苦瓜。山苦瓜原本野生於本省山麓及低海拔之山區，瓜形較一般栽培之苦瓜為小。因山苦瓜含苦瓜素(momordicine)故帶有苦味，經烹煮後則成苦甘味，有促進食慾、解渴、清涼、解毒及卻寒之效用。山苦瓜比一般之苦瓜更加苦中帶甘，外皮草綠色，其嫩果可供涼拌、炒煮或醃漬，若經切片以高溫烘焙後可沖泡為苦瓜茶飲用，嫩葉、嫩梢及花果亦可作為煮湯之材料，全株曬乾後並可供煮茶飲用或加入其他中藥製成即溶式之粉劑茶包，為花蓮地區少量多樣化之農特產品。

適宜之栽培環境

山苦瓜種子之發芽適溫為 30~35℃，幼苗之生長適溫為 20~25℃，開花結果期則以 25~30℃ 且日照充足之結果率較高，果實之發育亦較為迅速，在溫度稍低及短日照之情況下，第一朵花會提早著生，亦即結果節位會降低。山苦瓜為短日性之植物，但對光照時數長短之要求並不明顯，植株好光且不耐陰，若苗期之光照不足時會降低對低溫之抵抗力。山苦瓜忌連作，植株不耐水浸泡，因根群甚旺，對水分及養分之吸收力亦強，因此宜選擇灌溉及排水均佳、富含有機質、pH 值為 5.5~6.5 之壤土為佳。

三要素之推薦量及施用方法

每公頃在施用堆肥 10 公噸或豆餅 2 公噸之情況下，氮素為 250~350 公斤，磷酐為 100~150 公斤，氧化鉀為 150~300 公斤。全量之堆肥或豆餅及半量之磷、鉀肥與 20%之氮肥混合均勻後當基肥施用，追肥則於定植成活後每隔 2 週施用一次，共計八次，氮肥之用量每次為 10%，於第 2 次及第 3 次追肥時另各加 25%之磷、鉀肥。

根據不同栽培方式試驗之結果，採平棚式栽培者之收穫期可長達 5~6 個月以上，產量亦最高，採用半圓棚式栽培者居次，收穫期為 3~4 個月，採用三角棚式栽培者第三，而採匍地

栽培者之產量最低，因採棚架式栽培者之生育期較長，產量亦較高，其施肥量宜較圃地栽培者約增加 30~50%。

結 語

根據國立屏東科技大學分析之結果，山苦瓜可食部每公克所含之成分，計有水分 91.8%，膳食纖維 3.95%，粗纖維 1.57%，灰分 0.88%，鉀 0.33%，磷 428ppm，鈣 273ppm，鎂 225ppm，鈉 26ppm，鐵 4.3ppm，鋅 1.7ppm，維生素 C 758ppm，菸鹼酸 2.6ppm，維生素 B₁ 0.7ppm，維生素 B₂ 0.52ppm，β-胡蘿蔔素 0.49ppm，α-胡蘿蔔素 0.008ppm，維生素 B₆ 482 ng/g，葉酸 115 ng/g。目前花蓮地區山苦瓜之栽培面積約有 20 餘公頃，每公頃之產量在 6,000~8,000 公斤



之間，由於環境適宜、品質優良，甚受消費者之喜愛，根據民國 90 年台北市第一及第二果菜市場之運銷紀錄，共約有 36,000 公斤之運銷量，花蓮市果菜市場則有 22,000 公斤之運銷量，每公斤之批發價在 20 元以上，是日漸受歡迎之少量多樣化之瓜果類蔬菜，亦屬極具發展潛力之農特產品，生產者若能針對山苦瓜之生長特性及肥培管理多予注意，即可生產出高品質、健康、美味之產品提供予消費者購買。

▲山苦瓜植株田間生長之情形