

## 值得花蓮地區推廣栽培之夏季健康清潔蔬菜 - 落葵及麵包果

林富雄

本場鑑於目前本省蔬菜普受農藥污染，影響消費者之健康，自民國 72 年夏季開始蒐集 20 餘種栽培及管理均容易，不易罹病蟲害且營養可口之蔬菜種類進行試種，經過二年試種及觀察認為落葵及麵包果適合花蓮地區之氣候與土質，頗具推廣價值，據分析落葵供食用之嫩莖葉部分含有豐富蛋白質、醣類、鈣、鎂、鉀、鐵、鈉等礦物質及維他命 A、B1、B2 及 C 等，落葵性喜高溫其生育適溫為 18—28℃，適合種植於富含有機質，排水良好之砂質壤土，落葵在本省西部已有零星栽培，在花蓮地區則少有栽培，因此，本刊這一期特請本場彭德昌君撰文介紹其性狀及栽培管理之技術，以供本區有興趣種植之農友參考。

麵包果富含蛋白質、碳水化合物、鈣、磷等礦物質及維他命 A、B 等。在花蓮地區之新城、吉安及光復等地已有小面積之經濟性栽培，市場亦可購得，利用其做為煮湯之原料，成品美味可口，惜除花蓮地區外，其他地區則多不熟悉，如果能將其介紹推廣至本省西部廣大市場，則可為花蓮地區農民增添一項收益，也使其他地區消費者享受到健康，清潔之蔬菜，本場對這兩種健康蔬菜已研製多種食譜，以擴大它們的利用價值。