

# 我不是韭菜也不是蒜， 我是「落蕎」

作者：洪千惠 助理研究員

作物改良課

原住民農產業研究室

電話：(03) 8521-108 轉 3401



1 落蕎在採收之後剝掉枯黃的鱗莖外膜，並以集結成束的方式在傳統市場販賣

## 前言

落蕎為蔥科 (Alliaceae) 蔥屬 (Allium) 之多年生宿根草本植物，其古名為薤 (音同「謝」)，又名蕎頭、火蔥、小蒜、野蒜、大韭、蕎蔥等。原產於中國，栽培歷史相當悠久，目前以江西、湖北、四川、湖南、雲南等南方省區栽培較多。落蕎在歐美栽培較少，而以中國、日本、越南、寮國、柬埔寨等亞洲地區栽培較多。

台灣之落蕎栽培甚早，其來源有二說，一為原住民族移民時傳入，另一則為漢民族移住時由中國大陸傳入。根據農委會 103 年的農情調查，目前落蕎的栽培面積並不多，僅約 20 多公頃左右，除了花蓮、新竹及雲林等地區較

具栽培規模之外，在新北、基隆、宜蘭、苗栗以及屏東等地皆為零星栽培，且常與其他作物進行混作。

## 落蕎的小檔案

學名：*Allium chinense* G. Don. (Syn. *Allium bakeri* Regel)

英名：Rakkyo

別名：薤、蕎頭、火蔥、小蒜、野蒜、大韭、蕎蔥等

分類地位：蔥科 (Alliaceae) 蔥屬 (Allium)

主要產區：花蓮、新竹及雲林等

產期：每年的 3~6 月

繁殖方式：以小鱗莖行無性繁殖為主



## 外觀形態

落蕎具有諸多蔥科的植物特徵，其葉片似蔥與韭菜，而鱗莖與大蒜相仿，所以很多人第一次見到落蕎的時候，常將它誤認為韭菜或是大蒜，但仔細分辨色澤與性狀，則可以發現其實落蕎與韭菜或大蒜等其他蔥科植物有很大的區別。

### 一、根

落蕎的根為鬚根系，由莖的基部長出許多同等大小的根，然後再各自分生出更細小的分枝，而沒有單一的主根。

### 二、莖

落蕎為草本植物，莖特化成鱗莖的形態，呈長卵形，橫徑 1~2 公分以上，頂端稍尖，外被一層白色或帶紫色的半透明膜。鱗莖是主要拿來食用的部位。

### 三、葉

落蕎的葉線形，細長，中空，有不明顯 3~5 稜，橫切面呈三角形或五角形，深綠色而稍帶蠟粉；葉長 20~40 公分，寬 0.3~0.5 公分，通常數枚叢生；葉鞘抱合成假莖，基部形成粗的鱗莖。

### 四、花

落蕎的花序為繖形花序，花莖長約 20~40 公分，每一花莖有 10~25 朵花，花淡紫色至暗紫色，有雌雄蕊，但不易結籽。花期 7~8 月。

## 五、果實

落蕎的果實為蒴果，呈三稜形，每株結實約 10~25 個；種子黃褐色，呈三角狀半圓形。

## 生育特性

落蕎為多年生宿根草本植物，喜好涼爽的气候，25°C 以上的高溫會進入休眠而停止生長。落蕎一般作二年生栽培，於秋冬季 8~10 月以小鱗莖進行栽培，至翌年 3~6 月地上部莖葉枯黃倒伏、地下鱗莖肥大結成球狀並停止膨大之際採收。落蕎鱗莖的形成受日照及溫度的影響，長日可引發葉鞘的肥大及促進鱗莖的形成，通常一個鱗莖種植後，若栽培管理適當可分蘖出好幾個小鱗莖。

## 用途

落蕎的用途甚廣，除了食用之外也被拿來作為藥用。

### 一、食用

落蕎與蔥科的植物一樣都帶有強烈的辛辣味，其葉及鱗莖均可食用，但在鱗莖膨大期過後，葉片就會變得老韌，口感不佳，所以落蕎主要還是食用鱗莖為主。落蕎的食用方式很多，可以生食、炒食以及醃漬等，皆具有不同的特色與滋味。

(一) 生食：落蕎的鱗莖可直接蘸鹽巴或者搭配醃豬肉、香腸等食用，這是最



直接能感受到蔥科植物特有的辛辣味的食用方式。

(二) 炒食：蒨薺的嫩葉、鱗莖切碎可清炒、煎蛋、炒肉片、炒海鮮等，此種料理方式常見於原住民部落的特色風味餐廳。

(三) 醃漬：蒨薺的鱗莖加鹽、糖、醋或梅汁等醃漬，可製作酸甜爽脆的醃菜，是夏天炎熱食慾不振時，很不錯的開胃菜選擇。

## 二、藥用

蒨薺入藥的部位與食用部位相同，為其鱗莖，稱為薺白。

(一) 性味：性溫，味辛、苦。

(二) 歸經：歸肺、胃、大腸經。

(三) 功效：通陽散結，健胃消食，行氣導滯。

(四) 主治：用於胸痺，胸悶疼痛；飲食不消，脘腹脹滿疼痛，腹瀉或痢疾，瀉而不暢等。

## 結語

蒨薺是原鄉部落常見且重要的香辛料作物，原住民朋友常將鱗莖洗乾淨之後直接沾一些鹽巴生吃或是搭配原住民特有的醃生肉

(silao) 食用，以享受蒨薺特有的辛辣香味。您還沒嚐過蒨薺的風味嗎？在花東地區，每年的3-6月常可在傳統市場或是台九線公路旁見到農民將其捆成一把一把的販賣，若有機會遇到這個既像韭菜又像大蒜的蒨薺，可別忘了帶一把回家試試。

目前蒨薺的栽培面積雖然並不多，大部分都是零星栽培，與其他蔥科的作物如韭菜、大蒜、青蔥等相比，算是很小宗的作物，但若其可搭配原住民部落農業旅遊套裝行程，提供採摘的農事體驗，或者供應為原住民部落特色風味餐的食材，仍然具有發展的潛力。🌱

2 蒨薺於田間栽培的情況

3 蒨薺的栽培大部分屬於零星栽培，常與其他作物混作

4 蒨薺全株的模樣

5 蒨薺於7-8月抽苔開花的情形

6 蒨薺以無性繁殖為主，一個鱗莖種植後可從旁分蘖出好幾個小鱗莖

7 原住民常將蒨薺鱗莖與鹹豬肉以炒食的方式料理

8 蒨薺鱗莖可與車輪茄和秋葵搭配成可口的涼拌拼盤