

黃秋葵



現有市場品種與應用現況介紹

文/圖 劉敏莉

前言

黃秋葵屬錦葵科 (Malvaceae) 秋葵屬，一年生草本植物，學名為 *Abelmoschus esculentus* L. Moench $2n=130$ ，俗名秋葵、lady finger，它的果實長條形如羊角，莢內有許多小黑豆，故又叫羊角豆。原產於非洲阿比西尼、埃及及加勒比海一帶，十二世紀以後漸次在歐洲作蔬菜食用，十八世紀由歐洲傳入美國，成為歐洲、美洲人喜愛的果菜之一，我國早在明朝本草綱目中已有敘述 (1551~1578)，較大量栽培已有百年歷史。

現有市場品種

黃秋葵株型直立，有些品種自然生長下可高至 2.5M 以上。播種後約 45~50 天開花，花瓣淺黃色，正中央紫色，花型大，美麗奪目，具觀賞價值 (圖 1)。蒴果在花謝後開始發育，生長快速，開花後 3~5 天，果長 6~8 公分時為最適採收期。黃秋葵現有市場品種分類介紹如下：

一、依植株高低區分如下 (圖 2)：

1. 矮生品種：株高約 80~120 公分左右，節間短，莖粗，果莢較粗短，分枝較少，如清福、永福、翠嬌及萬春等品種等。
2. 高生品種 (系)：株高約 150~200 公分，莖節間較細長，果莢較長，分枝多，初期產量頗高，如艷嬌及本場蒐集的種原 KS0-028、KS0-079 及 0145 等品種 (系)，植株高度過高需立枝柱以避免倒伏。

二、依果實稜角數區分：

1. 五稜種：大部分莢果為 5 角形，為目前臺灣市場的大宗，如南洋、五福、清福、萬春及碧春等。
2. 多稜種：具 6~8 稜的黃秋葵，果色大都為綠~淡綠色，種子數量多，如 KS0-019、0113、0115 等品種 (系)。
3. 圓果種：果莢圓形，稍細長，果皮色又有淡綠、綠色及紅色，吃起來有硬實的感覺，如艷嬌、朱嬌、0116 及 0120 等品種 (系)。



圖 1. 花型大，美麗奪目，具觀賞價值。



圖 2. 植株高低差異於開花期可明顯辨別

三、依果莢顏色區分(圖3)：

1. 淡綠果種：莢果皮呈淡綠色，如碧春、南洋及印度黃秋葵等。
2. 綠果種：莢果皮色呈綠或深綠色，如五福、清福、萬春、麗福、翠嬌等。
3. 紅果種：果莢皮呈紫紅色，如朱嬌、麗朱等。



圖3. 黃秋葵果莢顏色可分3種

應用現況

黃秋葵從根、葉、花、果莢和種子皆可應用，甚至植株莖部也可製成纖維做為製紙材料，功用良多，幾全株可用。黃秋葵果莢豐富的粘液物質，含有水溶性纖維果膠、半乳聚糖以及阿拉伯樹膠，這3種成分都屬於水溶性膳食纖維，除一般食用及製成茶包使用外，也有業者利用秋葵特性加以開發產品，簡述如下：

一、食用油：

以老果的種子使用冷壓方式生產秋葵油，其主要脂肪酸組成分析分別為：棕櫚酸30.6%、棕櫚油酸0.5%、油酸23.8%、亞油酸30.8%、亞麻酸0.3%等主要脂肪酸，富含維他命、礦物質、蛋白質、維生素E、卵磷脂、鈣、磷、鐵、鉀、鎂、鋅、硒等礦物質，是一種營養極豐的高品質植物油。但是出油率低於10%，以致價格非常昂貴，消費市場接受度低。

二、低咖啡因咖啡：

秋葵種子中的咖啡鹼含量達到1%左右，將成熟的種子炒熟磨成粉，可做咖啡的添加劑或代替咖啡飲用。

三、化妝品開發和研製：

嘉義縣鹿草鄉為臺灣黃秋葵種植歷史悠久、面積最廣，鹿草鄉農會開發以秋葵為原料的保養品，消費回購率高(圖4)。

結語

黃秋葵嫩果常用煮、炒、蒸、湯、炸、浸漬等方法食用，果莢經乾燥加工調味後製成黃秋葵脆條，是為一個健康休閒零嘴。近年來國內外有許多專家學者從各方向投入研究，發現黃秋葵的機能性成分與功能，包括降血糖、降血脂、抗氧化及抗癌細胞等功能，但這些機能性功能仍需更多實驗才能證實「在人體上」的功效，千萬不要輕易停藥嘗試用單一傳統療法，應正確飲食搭配藥物治療，機能性食品只能做為輔助之用。在這保健生活當道的時代，黃秋葵是為一深具潛力的作物，但需針對特殊需求在品種的選擇上進行篩選或育種後，更有助於產業上應用推廣。



圖4. 鹿草鄉農會開發的秋葵保養品