

香草植物 栽培及利用

黃雅玲

香草植物英名為 Herb，指植株全株具有特殊芳香味道，其根、莖、葉、花、果實及種子可供利用。近年來在國內吹起一股香草風，從新鮮的花草茶、香草餐到加工過的產品，如沐浴包、香皂、香水、沐浴乳...等，一時之間舉凡各種生活用品都和香草植物有關，且最近在一些大型花展及花市中，可以發現香草植物在小型盆花市場，逐漸佔有一席之地，因此本文特先介紹香草植物之栽培及利用方法。

香草植物栽培要點

一、溫度

種植香草植物最重要的環境因素為溫度及水分，尤其香草植物大多原生於高緯度地區，而台灣秋冬季的低溫氣候，極適宜香草植物的生長，根據本場種植調查結果，在南部地區每年十月至隔年五月，是香草植物生育旺盛時期，此時期的香草植物生產品質最佳。

二、水分

水分管理對香草植物栽培極為重要，香草忌潮濕，因此土壤中水分含量勿太高，以避免根部窒息腐爛，而導致植株生長發育不良，適當的乾燥有助於植株的生長發育；南部地區由於每年六月份為梅雨季節，此時期香草極易受損，生長情形差。



▲高畦及遮雨有助於植株生長

三、高畦及遮雨

香草植物忌水分含量太高，因此高畦有助於水分的控制；簡易網室覆蓋塑膠布，可提高香草品質，避免雨水直接打到植株，影響植株生長與發育。

四、品種特性

選擇適宜南部種植的品種，如：香蜂草、檸檬香茅草、羅勒、蝦夷蔥、薄荷....等，這些香草品種皆極適合南部地區周年栽培；至於薰衣草、鼠尾草、迷迭香、百里香、天竺葵...這類的品種，則適合於秋季至春季之間種植。

五、勿噴施農藥

香草植物病蟲害情形較少，且目前香草植物大都應用在食用方面，可算是有機食品之一，因此應避免施用農藥，而香草植物本身具有的特殊芳香氣味，就是極佳的驅蟲劑，如：羅勒、薄荷，而較常見的蟲害大都為鱗翅目幼蟲，只要耐心予以手除，通常是不須再施以農藥防治。



▲作為茶飲的花草茶

香草植物的利用

一、花草茶

香草植物目前已廣泛利用在花草茶，坊間亦有很多書籍詳細記載其功效及利用方法，香草由於不含咖啡因，對健康很有

助益，所以在歐洲很早以前就被用來做療方；花草茶可分為生鮮香草包及乾燥香草茶包，乾燥香草包在超級市場就可買到，但想要喝一壺生鮮花草茶，就得找一家有供應生鮮香草的餐廳。

二、保養用品

香草植物萃取的成分極為時下最流行的香精油，其他可製作的產品，尚包括化妝水、香皂、沐浴乳、洗髮精、精油球、乾燥香草沐浴包....等，各種個人保養用品應有盡有，目前坊間流行的 SPA，亦是以香草植物為主，香草植物的利用可增加其產品的附加價值。

三、食物料理

中國自古以來，即有習慣將香辛類植物入菜，如：羅勒、芫荽（香菜）、八角...，而香草植物目前也廣泛應用於食物調理上，如：薰衣草、迷迭香、百里香、鼠尾草...，今年香草產品的開發更熱絡，陸續有香草麵包及香草月餅上市（但根據有關資料記載，有些香草植物品種並不適合孕婦及 6 歲以下孩童使用，如：薄荷類、百里香及迷迭香）。



▲作為食物料理的香草產品(台南市十八巷花園餐廳提供)

四、園藝植栽

目前園藝店及花店也開始販賣 3 吋盆或 5 吋盆的香草植物盆栽，通常每盆售價在 40 元，有些則 3 盆 100 元，市場銷售情形不錯，有些消費者買回去後，做為花壇植物或組合盆栽，這可讓喜歡香草植物的人能夠自己親手種植，且可提供自己利用。



▲香草小品盆栽

五、休閒農場

台灣這一、兩年配合週休二日，開始規劃一些休閒農場或市民農園，希望提供國人休閒遊憩的空間，因此香草植物休閒農場，目前亦是熱門景點之一；通常以舉辦一日遊的方式，在休閒農場裡有香草植物栽培介紹、香草茶、香草餐..等各項活動，目前轄區內已有高雄市農會完成初步香草休閒農場規劃。



▲提供另一種休閒的香草風味餐廳

展望及結語

台灣地處熱帶及亞熱帶，有些耐寒性香草品種，並不適合種植，所以台灣常見的香草品種大多為較耐熱品種，因此選育一些較適宜本地種植的品種，配合觀光產業來利用，如日本北海道富良野及法國南部普羅旺斯，都是著名的薰衣草觀光景點，每年吸引成千上萬的遊客前往賞花，替國家增加不少收入；另一方面，香草植物可開發為小型盆栽，提供消費者購買種植，畢竟香草精油及乾燥香草包在國外都是大面積栽培，台灣若想發展此產業，恐怕在價格方面無法與其競爭，因此未來台灣仍應以發展休閒農場及家庭園藝較具有潛力。