

亦蔬亦果的 番茄(一)

文 / 邱阿昌
圖 / 吳世民



番茄屬於茄科蔬菜，由於用途多樣，營養豐富，栽植地區廣泛，雖然它成為經濟作物的歷史不長，但現在已成為全世界產值最高的蔬菜，也是大家喜愛的蔬菜之一。

一、從新大陸傳遍全世界

番茄原產在南美秘魯及其鄰近國家的安地斯山脈地區，在公元前傳到中南美洲後可能就被當地人食用，但直到1519年才由西班牙探險家Herman Cortes由墨西哥傳入西班牙，當時的歐洲人因其莖葉有特別味道而誤認具有毒性而不敢食用，只種在庭園中觀賞而已，而後義大利人才在1550年開始食用，由於它的果實味道甜美，而被稱為好蘋果或黃金果，很快被當做珍貴食材，並廣泛栽植。有趣的是18世紀前北美並無栽培番茄記載，因此由歐洲傳入美國時，也被認為有毒而不敢食用，直到1820年有一名Robert

Gibbon Johnson的人，在紐澤西州的法院前，當眾吃下番茄以證明它無毒，美國才開始食用番茄，並普遍栽培。

番茄約在17世紀明末期間由葡萄牙人傳入中國，因為是外來像茄子的作物，所以稱為“番茄”，但很長一段期間並未廣為種植，依據《群芳譜》及《本草綱目》的記載，因番茄外觀類似柿子，因此稱為“西紅柿”，現在中國大陸也都沿用此名稱，並在19世紀後才有大量栽培。日本在18世紀由中國或歐洲傳入，起初在京都附近的播洲栽培，因此將番茄也稱為“唐柿”或“播茄”。

台灣在荷蘭人佔據期間，於1622年就引進番茄當觀賞用，直到日本人統治台灣時又引進栽培品種，並由農業機關試種及推廣，由於番茄具有“臭青”的味道而被稱為“臭柿仔”，當時很多民眾並不喜愛食用，其後



一點紅番茄



金黃色大番茄

因番茄品種的改良，味道也變為較甜美，民眾才逐漸接受；又因番茄也可以加工外銷，中南部地區的民眾稱它為“柑仔蜜”。

台灣光復後，農業機關也從美國及日本引進許多品種試作推廣，而中南部民眾開始喜愛食用一點紅的初熟番茄，配合各式蘸料當水果食用，因此被稱為“黑柿仔”的番茄風行一時。農友種苗公司育成的「農友301」品種是當時主力品種，到現在仍有人栽培此品種，而台灣北部栽種的品種則多以日本系列的粉紅品種為主。

在民國60年代起，台灣加工番茄產業也蓬勃地發展起來，嘉南地區的農民與食品加工廠如可果美、統一及台鳳等契作栽培供應番茄原料，製成的番茄汁、番茄泥、番茄醬等產品供內外銷，但自80年代以後，因原料成本較高，台灣加工番茄栽培面積逐漸減



中果番茄

少；而當時農友種苗公司相繼育成高糖度的小番茄，逐漸成為鮮食番茄的主流。另外，全紅的牛番茄，近年來也逐漸在台灣流行起來；亞洲蔬菜研究中心與其他的農業機關，也相繼推出較抗病與耐熱品種。

二、番茄是蔬菜還是水果？

番茄應歸屬在蔬菜還是水果？一直是見仁見智的問題，從植物學上，我們食用的



全紅番茄

番茄部位是果實；但在園藝學上，因番茄是草本植物而不是像果樹類的木本植物，栽培方式上也與茄子等果菜類蔬菜相似，所以歸屬於蔬菜類，在食用方式上，大部份的番茄都當蔬菜來調理，因此大都在菜市場的菜攤上販賣，只有少量的番茄在水果攤販賣；美國高等法院也曾在1983年將它判決為蔬菜作物，以終結爭議；但一般人只要是將它當成水果來食用，就把它歸類成“水果”也無妨。

三、番茄已成為世界的重要蔬菜

全世界的番茄栽培面積已超過400萬公頃，以中國、美國、土耳其、印度、義大利、伊朗、埃及、巴西、西班牙的生產量最多，其他各國也都有栽培。溫帶地區國家除了露地栽培外，也常用溫室栽培來延長產期，熱帶地區多選在高冷地栽培；番茄也是家庭園藝最常栽種的一種蔬菜。

由於番茄的食用方式可以多樣化，也是番茄產值不斷增加的原因，除了當水果鮮食外，沙拉、三明治及漢堡等也都常用到新鮮

番茄，此外，番茄入菜熟食也是五花八門，可以煎、煮、炒、烤等方式與其他食材搭配做成美味佳餚，有名的義大利麵、披薩、各式濃湯或清湯也都常用番茄來烹煮。而番茄用量最多是它的加工產品，例如番茄汁、番茄泥、番茄糊、番茄醬、番茄罐頭、番茄乾及番茄粉等都是，消耗量非常可觀，其他許多加工食品及藥品也有使用番茄的踪跡。

近代研究證實，番茄除了含有少量的糖分、蛋白質、脂肪等主要營養成分外，並含有豐富的維生素及礦物質，營養成分極高，更含有對健康有益的有機酸、膳食纖維及植化素(Phytochemicals)，其中最重要且含量最多的番茄紅素(Lycopene)，也常被稱為茄紅素的一種類胡蘿素(Carotenoid)，具有很強的抗氧化作用，能消除身體內細胞因氧化而產生的自由基，能保護細胞，防止或減緩慢性退化性疾病的發生，因此番茄也成為對身體健康最有益的蔬菜之一。

四、番茄的植物特性與分類

番茄由於氣候的關係，一般都只是一年生植物，但如果能保持適當生長環境時，番茄也可以成為多年生，並可繼續生長及開花結果。通常的品種在種子發芽後，本葉長到8~9枚時，便開始產生第一花房，而後每長出3枚葉片時，會再長出一個花房，而且也會在每一節位上產生側枝，每個側枝上也會長出花房，因此栽培上需要依品種及栽培方式與目標，加以適當整理而達到最好的成果。

每一花房的花序及花數，依品種不同而有大的差異，一般是屬於複總狀花序或聚



停心型圓果番茄



停心型長果番茄

繖花序，開花順序由基部的小花先開，每一朵小花相隔1天左右開放一朵，每花房的花數依品種而有數朵至數十朵不等，因此每花房可結數果至數十果；每朵小花為完全花，具有花萼及花瓣各5枚，花瓣通常為黃色，花內有雄蕊5枚呈筒狀包裹雌蕊的子房及柱頭，因此多為自花授粉。

番茄為子房上位花，果實是由子房發育而成，稱為漿果；番茄授粉後4~5日子房開始肥大，至花後30天期間為果實膨大期，長到一定大小時進入綠熟期，第40~50天進入著色期，由果頂(花臍部)開始轉色，逐漸至全果，至60天左右可達到完熟期。

番茄由於種原很豐富，並經人類育種及選種而有許許多多的品種，因此在園藝上依植株形態、果實特性及用途等，大致可分類如下：

(一)依主蔓生育形態可分為：

1.停心型：常被稱為矮性種，主蔓及側蔓每



非停心型小果番茄

隔3個葉片就長出1個花序，通常長出6~7個花序後，頂芽分化出最後1個花序後會自動停心，不再生長，株高約為100公分左右，因此成熟期較集中，許多加工品種或早生品種都屬於此類而可放任(不搭支架)栽培。

2.半停心型：此類品種株形中高性，生長勢較停心型旺盛，通常主蔓長出7~15個



小果圓番茄



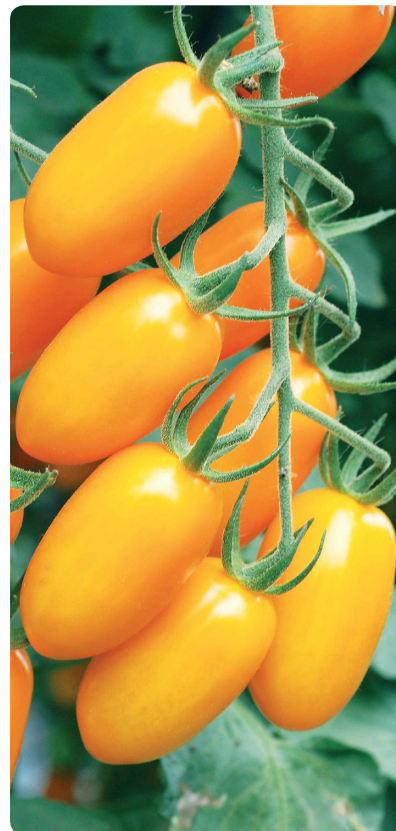
桃型番茄



葡萄型番茄



黃金色小番茄



長果型番茄

花序後，最後1個花序分化為頂芽，就自動停心，不再長高，株高約在200公分左右，此類品種可適於放任或搭支架栽培。

3.非停心型：稱為高性品種，生長勢旺盛，頂芽不會停心，可以一直無限生長，此類品種多用於搭立支架整枝栽培或在溫室栽培。

(二)依果實大小及形狀而分：

番茄果實大小差異很多，一般可分為大果(果重在150公克以上)、中果(果重在80～150公克)、中小果(果重在40～80公克)及小

果(果重在40公克以下)；而番茄果型變化也很多樣，一般多為圓球型、橢圓型、長橢圓型及扁圓型等，但也有桃型、梨型、葡萄型、不規則型等等不同的形狀。

(三)依果實顏色而分：

未熟果的番茄顏色多為白綠、淡綠、深綠等，果肩部份也有深綠肩及全果均色之分；成熟果的顏色有粉紅、紅、黃、橙、紫褐及彩紋條斑等等，歐美及台灣的鮮食番茄多為紅色，中國及日本則多為粉紅色，加工番茄則多為紅色。



各種形色的番茄

(四) 依用途而分：

可分為水果用、生食用、煮食用、加工用及觀賞用等。

(五) 依品種的遺傳組合可分固定種及雜交種：

現在專業栽培的品種多為一代交配的雜

交種(F1 Hybrid)，因其有雜種優勢及生長整齊一致的優點，所以，現代的種苗公司多推廣雜交品種，但是固定種(也稱為標準種或OP種)也常被家庭園藝栽培，所謂祖傳品種(Heirloom)在歐美也相當流行在自家栽種，代代相傳。🌱

知識、栽培、健康、養生的好書

以通俗的園藝學、藥用植物和自然科學的角度，介紹台灣的食用農作物近6000種，包括園藝知識、栽培重點、營養、食療、養生等豐富常識，是專業與休閒的最佳參考書籍；圖片附注音，可作為小朋友的園藝圖鑑及自然學科的參考資料。

薛聰賢編著

台灣蔬果實用百科1~3冊
(精裝本，每冊定價新台幣450元)

蔬香果樂
(精裝本，每冊定價新台幣420元)

【請另附掛號郵資新台幣100元】



農友種苗股份有限公司

地址：80271 高雄市苓雅區中正二路26號
電話：(07)224-1106轉256、257
傳真：(07)224-0185

網址：www.knownyou.com.tw

～歡迎上網或蒞臨高雄中正路門市選購～