

深受歡迎的大眾蔬菜

—茄子

文：邱阿昌 / 攝影：吳世民

茄子在台灣又叫做紅皮菜、紅茄仔、落蘇等，在台灣栽培的歷史悠久，而且周年都有生產，是一種深受群眾喜愛的日常蔬菜。在茄科蔬菜中，茄子是最容易栽培的，它對氣候的適應性較廣，只要溫度不低於15°C，在溫暖季節甚至夏季都可栽培。它的生長也很強健，因此，也很容易在家庭園藝栽種，可利用住家的庭院或附近的空地、或者利用休耕農地的一角、甚至家屋的陽台或屋頂，只要陽光充足的地方，直接栽植在園地，或用較大型的容器裝填栽培土來種植幾棵茄子，栽種3~4個月後便可陸續採收，而且如管理得宜，採收期會很長，可達6個月以上，是長期性栽培的蔬菜。

茄子烹煮調理方式很多，清燙、涼拌、紅燒、熱炒、油燜、油炸、醬爆、煎烤無所不能，很容易做出美味佳餚，葷素均宜，是很普遍的家常菜，這可能是茄子深受大家喜歡的原因吧！

茄子也是一種對健康很有幫助的蔬菜，雖然其蛋白質、糖類及脂肪含量不很豐富，熱量也不高，多吃不會發胖，但其所含的維生素、生物鹼、可溶性纖維及抗氧化成份等對保健很有幫助，尤其是維生素P的含量為蔬菜之冠，常吃茄子可平血壓、預防動脈硬化及眼底出血、促進傷口癒合及延緩老化等效果。台灣民間有人認為茄子是濕毒的食物，



↑ 麻薯長茄 (HV-111)

← 白茄 (HV-064)



↑ 火腿茄 (HV-113)

易引起瘡疔，但如加入適當的蔥蒜或薑末便可驅散寒氣，不會引起濕毒的問題。

一、品種

台灣現在最流行的茄子品種為屏東長茄及麻薯長茄，都是紫紅色的長茄，肉質柔軟細嫩，味道甜美，很適合煮食及做成佳餚的品種，也很適合家庭園藝栽培；但是茄子的品種尚有很多，有圓形的圓茄，有粗胖的火腿茄，也有白皮的白茄、綠皮的綠茄以及胭脂色的紅粉佳人等品種，家庭園藝亦可依照



↑ 紅粉佳人 (HV-114)



↑ 昭君圓茄 (HV-005)



在庭院角落種植幾株茄子，既可自家食用，還可分贈親朋鄰居



容器栽培每盆種植一株



茄子整枝栽培情形

個人的喜好，選擇不同型色的品種來栽培，種出不一樣形色的茄子，增加栽種的趣味，有興趣的讀者可向農友種苗公司洽詢或到農友種苗網站瀏覽。

二、栽種適期

雖然台灣周年溫暖，很適合茄子的生長，但是北部冬季溫度對茄子來說還是太冷一點，所以，北部地區以1~3月間播種栽植為適當時期，如此可以使生長期間從春季到夏季，甚至可延到秋季；而中南部則宜在8~9月播種栽植，如此在中南部的秋冬季可生長良好，甚至可繼續生長到春季，也可避開夏季的颱風與雨季摧殘。

三、栽種方法

栽培茄子要先育苗，也就是播種後先種植在育苗鉢或育苗盤內先行育苗，等到幼苗有4~5片本葉時，再定植到菜園或栽植容器

中，如果不願自行播種育苗，現在各地的種苗店也常有茄子幼苗出售，購買時可問清楚品種名稱，並選擇莖部較粗的健康幼苗來種植，因為茄子的植株會長得很高大，所以，定植的行距要90公分以上，株距也要50公分，如此才能夠有充足的空間可讓植株生長。

四、灌水施肥

茄子喜好多肥，有肥沃的土壤和適當的水份就可期待豐收，但如排水不良時，容易發生病害而無法順利生長，因此，在定植時可多施有機肥做為基肥，每株可施放一公斤的滿地王有機肥及5公克的晶美肥(緩效性肥料)與土壤混合做基肥。生育期間要注意保持土壤的適當濕潤，不可使土壤過乾，以免生育受阻造成結果不良，或者果實發育不正常的情形。開花結果後土中的養分漸漸被植株



乳酪茄子



開口如意茄



茄香肥腸



XO醬炒茄子



紫茄蝦腿



四色涼拌茄

吸收，必須再補充肥料，可用開花精或甜果精加水稀釋500倍澆灌，每二週澆灌一次，並且每兩個月在株旁30公分處挖二個小洞穴，施放有機肥一次，如此便可使植株維持健康茂盛，持續不斷的結果。

五、整枝摘葉

茄子的栽培可採用三幹整枝，讓茄子生育良好及正常結果，當第一朵花出現時(大約8~9節位)，只留該花朵正下方的二支側芽生長，其餘更下面的側芽全部摘除，讓兩支側芽及主枝形成三幹的株型，這樣才不會使植株生長過於茂盛，妨礙通風及採光，而影響到正常結果；同時如果枝葉過於旺盛時，也應適當的摘除一些老葉片。

六、病蟲害

茄子的根部有時會發生立枯病、萎凋病及線蟲等，只要注意輪作，同一園地的前作物避免是茄科蔬菜如茄子、番茄、甜椒或辣椒等，或者容器內的栽培土最好用新土(未種過茄科作物的栽培土)，這樣就不太會感染這些病害了。地上部的一些病害，如疫病、白粉病等，要注意通風及日照，並及早摘除病葉及病果，就可改善。至於蟲害，有葉蟬、蚜蟲、薊馬、夜蛾及茄螟等，可摘除卵塊或揉殺幼蟲，並採用清香苦楝油或辣蠟天然驅蟲劑等有機農藥來防除，對人體較安全。如有必要可參照《植物保護手冊》的防治方法。◎

註：圖中HV為家庭園藝小包裝種子編號，請向農友公司商品門市部訂購，電話：(07) 224-1106轉255