

小胡瓜

黃俊傑

小胡瓜為胡蘆科一年生蔓性草本植物，原產印度，俗稱小黃瓜或花瓜。全年四季均有生產，以春、夏、秋為盛產期。胡瓜含豐富蛋白質、脂肪、醣類、纖維質、灰質、鈣、磷、鐵、維他命(A、B、C)及菸鹼酸等。小胡瓜適涼拌、炒食、煮湯，含有豐富的鉀，有促進尿液分泌、淨化血液、清熱解毒等功效，並可去除體內廢物、清理胃腸。小胡瓜切薄片敷臉，尤其是夏天，具有美白皮膚、養顏美容的功效。

如果能在住家庭院或陽台種植幾株小胡瓜，當瓜架上開滿了一朵朵的小黃花時，就像一支支金黃色的小喇叭，迎風搖擺演奏著無聲的樂章，蝴蝶、蜜蜂也隨之起舞；不久瓜架上就長滿了果色鮮綠、果肉肥厚、口味甘甜的小胡瓜。在栽培生長過程中，看著它成長開花結果，需要時，不但隨手採收、非常方便，又可保持健康、增添生活樂趣。

一、品種特性

(一) 麗翠：

植株強健，全雌性，果色綠，無果粉，果刺特別細少，肉質脆，水分多；適收時果重約110公克，果長約17.5公分，果寬約2.8公分；果皮薄脆、品質優良，適於作生食水果、涼拌沙拉或炒食等多用途的新品種。本品種沒有蜜蜂授粉也可單為結果，是家庭園藝最適合栽培的品種。

(二) 阿信：

植株生育強健，葉色濃綠，耐病毒病(CMV)及露菌病；早生，結果力強，果色濃綠光亮，無果粉，果刺白色，果長約22公分，果寬約2.7公分，果重約100公克，果型端直，劣果少，品質優，耐儲運。

二、栽培要點

(一) 氣候與土壤：

胡瓜性喜溫暖的氣候，不耐寒冷，生育適溫在20~32℃之間。土壤以壤土或砂質壤土、pH5.7~7.0為宜。應選在日照充足、通風良好之環境下栽培，病害較少、開花結果良好。



小胡瓜「麗翠」



小胡瓜「阿信」

（二）播種適期：

台灣地區3~10月最適合栽培。

（三）容器與露地栽培：

利用農友種苗公司推廣之蔬菜栽植袋，每袋栽植3株；或7吋花盆，每盆栽1株，如果用15吋花盆則可栽4株，利用田間或庭院土壤加有機質肥料3：1，以及少量過磷酸鈣，充分攪拌後裝入花盆中。若住家前後院有空地，可直接作畦播種栽培，以行距150公分、株距45公分栽植雙行，或行距110公分、株距45公分栽植一行。小胡瓜因生長快速，宜多施有機質肥料做基肥，以利植株吸收生長發育。

（四）播種方法：

種子浸水12小時後取出、用濕布包敷放在溫暖的地方，待20小時後，種子胚芽長到0.2公分時直播於花盆或畦穴上，每穴播2粒種子，深約0.6公分，上面再覆蓋少量培養土，然後澆水使土壤保持濕潤，以利種子發芽。

（五）幼苗生育：

經過4~5天後子葉突出土面，待真葉長出6~7葉時，可在植株旁插立支柱，讓瓜蔓攀爬固定在支架上防止倒伏。爾後可用葉綠精800倍溶液約5~7天灌注一次，促進植株生長，大約35天左右開始開花結果。小胡瓜因生長快速，所以需水量較多，土壤應常保持濕潤，要視土壤的乾溼度狀況適時澆水。

（六）整枝法：

因植株生長快速旺盛，為有利於主莖生長，宜行整枝摘心，以節省養分消耗並使日照較充足，可提高結果力。母蔓第4節以下側枝應及早摘除，第5節以上側枝留2葉摘心，以利果實發育肥大。

（七）病蟲害防治：

病害有露菌病、白粉病等；蟲害有蚜蟲、斑潛蠅、銀葉粉蝨、青蟲等，而銀葉粉蝨是傳播數種病毒病之媒介，如果發現，必須提早防治。



每穴播2粒種子



播種後15天的生育情形



本葉4片時只留1株



花盆中瓜苗葉片長出3枚時，利用鉛線固定生長

三、特別注意事項

栽種的如為阿信，開花期要注意是否有蜜蜂在株旁飛翔，如果不見蜜蜂，請每天早晨6~9點時，摘雄花為雌花授粉，7~8天後即有瓜果可採收。



花盆栽培結果情形



盆栽培中期生育良好



露地栽培結果情形