

保健茶包之開發

—白鶴靈芝茶與魚腥草茶之研製

文／圖 李興進·林源盛



◎白鶴靈芝保健茶



◎魚腥草保健茶

採用保健植物製作保健茶包為本場重要之試驗研究項目之一，近期之工作成果有白鶴靈芝茶及魚腥草茶兩種，分述如下：

(一)白鶴靈芝茶

白鶴靈芝又名仙鶴靈芝仙鶴草，學名為 *Rhinacanthus nasuta* (L.) Kurz.，由於其花白色狀似白(仙)鶴而得名。

白鶴靈芝草原產印度，馬來西亞、在中國、廣東、廣西、雲南等地也有栽培，二十餘年前始引進台灣。

有關白鶴靈芝之有效成份與其對人體之保健功效，根據中藥大辭典的記載，其主要成份為黃酮苷、酚類、氨基酸、有機酸和鞣質，另亦含有機銻、粗纖維、鐵質、多種礦物質；以及天然植物中極為罕見的維生素B、E、K等成分，所以

常飲此茶可幫助滋肝、潤肺、強腎、軟化血管、消除膽固醇促進新陳代謝，增進健康。

由於易於栽培及具多項保健功效，本場將其開發成沖泡式保健茶包，但因其葉片經乾燥開水沖泡後草腥味甚重，為能加以改善，模擬茶葉各種製造過程與予試驗，試製方式分日光萎凋法，殺菁法及殺菁熱炒法三種，三種方法製成之成品經品評結果以殺菁熱炒法之製品最為理想；其製造程序為原料殺菁(100℃)→揉捻→熱炒(150℃)→烘乾(110℃)→粉碎→裝填→包裝→成品。在揉捻與熱炒之二項步驟最好能重複2—3次，另若以單料之白鶴靈芝葉片或嫩稍製成之茶包其經開水沖泡後之水色呈黑綠色，以及風味上較單調，為求進一步加以改良，經試驗結果可

以一般茶葉及五葉參與其混合，其比例1：1或1：2(即白鶴靈芝1、茶葉或五葉參1或2)最為適當。

(二)魚腥草茶

魚腥草為本省氣候條件下頗為適合栽培之保健植物，因其具有清熱解毒，利尿消腫及呼吸系統改善等多項功用，長久以來民間即普遍做為日常保健之藥草，為拓展其多角化之利用，本場將其試製保健茶包；其主要製造過程為植株刈取→洗淨→日曬或乾燥→粉碎→配料→稱量裝填→包裝→成品，魚腥草單料茶包經開水沖泡後其主要成分已被溶出但風味不明顯，為改善此缺點，可添加魚腥草量五分之一甜菊或三分之一五葉參，其風味即可獲得改善。