

# 南瓜多樣化栽培利用

文/圖 蔡文仁

南瓜生性強健，栽培管理容易，為葫蘆科南瓜屬一年生蔓性草本，原產於亞洲南部、非洲、美洲等地，概可分為中國南瓜、美國南瓜、印度南瓜、墨西哥南瓜及黑子南瓜等五類。我國於明代已普遍栽培，且「本草綱目」亦有記載，本省早年多種植木瓜型南瓜(中國南

瓜)，因風味較差，目前多加工利用；黑子南瓜則委託採種外銷日本居多。近年來民間陸續引進觀賞南瓜(美國南瓜)、食用南瓜(印度南瓜)栽培，主要集中於中南部地區。南瓜一般依其果梗形態可容易辨別：

類別	種名	果梗	原產地
中國南瓜	<i>C. moschata</i>	木質化、鈍五角形、有梗座	亞洲南部
美國南瓜	<i>C. pepo</i>	木質化、五角形、無梗座	北美洲
印度南瓜	<i>C. maxima</i>	軟質、圓柱形、無梗座	非洲
墨西哥南瓜	<i>C. mixta</i>	硬質、五角形、無梗座	中南美洲
黑子南瓜	<i>C. ficifolia</i>	硬質、鈍角形、無梗座	南美洲

## 南瓜的果梗



▲中國南瓜



▲美國南瓜



▲印度南瓜

南瓜栽培管理容易，茲簡述其栽培特性如下：性喜溫暖乾燥氣候，其中美國南瓜及印度南瓜較偏好冷涼環境，如溫度偏高，尤以夜溫高時，澱粉不易蓄積，肉質不佳，故本省多於秋、冬作栽培，而中國南瓜則較耐高溫，全年均可栽培；種子萌芽具嫌光性，一般多育苗栽培；雌雄同株異花、蟲媒花且花器碩大；花性雖屬日中性營養型，然苗期可感應短日低溫促進雌花發生，另部份品種具有偽稔現象；果實有很強的癒傷能力，果熟期較耐瓜實蠅叮刺，另亦可利用於刻劃彩繪，饒富生趣；易罹白粉病，應注意防患。

食用南瓜中以印度系統品質較佳，其果肉澱粉含量極高，煮食後果肉綿密甘甜，亦可調理為甜點、果汁，風味極佳，目前栽培品種極多，諸如“一品”、“東昇”皆為優選，而木瓜型中國南瓜則因澱粉含量較少，煮後果肉鬆軟，風味較差，目前多供加工用。嫩梢用南瓜則宜選用分枝性強，節間長、莖蔓粗大柔嫩且纖維含量較少之品種，經比較現有商業品種中，“豐輝”莖蔓粗長，植株生長勢又強，且嫩梢口感極佳，纖維少味甜，而“吉祥”雖分枝性較強，然莖蔓硬且細小，應不適嫩梢栽培。另嫩梢栽培

宜儘早疏花疏果，可較放任留果栽培提高產量約1倍，若同時兼收果實及嫩梢，則產量均不佳，惟“豐輝”及“千歲”果實產量影響並不大。嫩梢栽培由於採收期短，產量並不高，仍亟待日後續行探討改善。

南瓜子俗稱「白瓜子」，為國人閒暇品茗、宴客不可或缺之傳統食品，且富含脂肪、蛋白質、尿酶及維生素A、B、C等，據本草綱目記載，對驅除小兒腸胃中之寄生蟲有奇效，係傳統驅蟲良劑，而中醫臨床實驗則證實，南瓜子能補中益氣、利尿及預防攝護腺肥大症，惟因目前市售人工去殼南瓜子售價偏高，且多仰賴國外進口供應，而無殼南瓜子(美國南瓜之一種)其種皮退化成薄膜狀，於加工時可免人工去殼，且栽培管理容易，授粉後30-40天為採收適期，經濟栽培產值極高，如能配合種子調理技術研發並健全產銷制度，則仍不失為值得推廣栽培之優良新興蔬菜作物。

觀賞南瓜亦稱“玩具南瓜”，美國系統和印度系統南瓜中迭有許多品種，果形珍奇，五彩繽紛，果色極富變化，完熟果實可保存觀賞4-6個月，極富觀賞價值。本省早年多為家庭園藝趣味栽培，少有專

業栽培，近年則因國人消費水準提昇，注重休閒生活品質，觀賞南瓜悄然蔚為市場新貴。觀賞南瓜由於變異性大，不易純化固定，少有雜交F<sub>1</sub>品種，且其為異交作物，而無自交弱勢，故極易導入其他性狀，而豐富其瑰麗多變之形色，惟為日後商業品種專業栽培，仍應亟力克服雜交育種瓶頸。另盆栽栽培亦極適合節慶擺飾而頗富發展潛力。

南瓜豐產耐貯運，應極適合臺東縣境秋、冬作栽培。果實除了可供蔬菜食用及糕餅餡用外，兼具賞玩價值，南瓜花朵則碩大可入菜，而嫩梢脆嫩多汁亦為桌上佳餚，南瓜子則為國人閒暇品茗，宴客不可或缺之傳統食品，其用途甚為廣泛，故極適合時下發展休閒農業之所需及產品多樣化栽培之利用。

## 南瓜產品多樣化



▲各式南瓜品種



▲南瓜鬚俗稱「金瓜鬚」



▲豐收的南瓜



▲南瓜果實及種籽均可食用