

芥菜

「芥菜無刈毋成櫟，囡仔無教毋成人」——玉不琢不成器之意。小孩管教要即時，將來才會有成就。

「十二月芥菜—有心」——歇後語。諧音同臺語「很有誠意」。12月正值芥菜的長成時節，每棵芥菜都是飽實的，故說「有心」。

「六月芥菜—假有心」——歇後語。諧音同臺語「假惺惺」。意與「十二月芥菜—有心」相反。

「芥菜對內桿刈出來」——喻處事顛倒順序。芥菜是由外而內層層包覆的。

吃魚吃肉也要鹹菜甲

鹹菜渡肉油

放屎咪鹹菜

紅龜包鹹菜

十字形黃花開成總狀花序，煞是美麗



小檔案

學名：*Brassica juncea* (L.) Czerm. Et Coss

科名：十字花科(cruciferae)芸苔屬(Brassica)

英名：Mustard, Leaf mustard.

別名：刈菜、大菜、大芥菜、芥子、孤腰菜

性狀：根是直軸根系，莖短縮形。葉叢生在短縮莖上，葉形多變，有橢圓、卵圓、披針形等，葉綠色，葉表面平滑，葉緣全緣有時有鋸齒，中肋突起，葉背有絨毛和臘粉。總狀花序，花兩性，黃色，四片花瓣，雄蕊六枚，四長二短，柱頭圓形。短角果。

芥菜依採收可分成兩類，一種是供採收種子，另一種是供蔬菜用的





葉叢生在短縮莖上，表面平滑，葉緣全緣，有時有鋸齒



鹹菜，可去油膩，幫助消化，雲林大埤鄉素有「酸菜王國」的美譽

芥菜是在鄭成功時期先民來臺墾拓時移入的，目前以雲林大埤鄉種植最聞名，產量高居全臺第一位，大埤鄉一直以來素有「酸菜王國」的美譽。該鄉農民通常都是利用二期稻作收割後的空檔，播種栽植，於冬天時製作酸菜。

芥菜依採收分成兩類，一種是專供採收種子，搾製成芥菜油，屬於高品質健康的食用油，臺灣不生產此類芥菜。另一種是供應蔬菜使用，芥菜是各類蔬菜中葉片最大也是最長的，一直以來在年節時被用來做為長年菜使用。供蔬菜使用的芥菜在種類上又可分為葉用品種及莖用品種。通常葉用品種栽培以芥菜為主，包心芥菜加工做酸菜次之，九心芥菜可製成雪裡蕻，大葉芥菜常醃漬成梅乾菜，客家人稱的福菜。莖用品種以大心芥菜為主，是製作菜心罐頭的材料。還有四川榨菜用來加工做榨菜製品。



花兩性，黃色，4片花瓣，雄蕊6枚，四長二短，柱頭圓形

俗諺說：「吃魚吃肉也要鹹菜甲」，意思是說在平常三餐時，常食用大魚大肉之餘，若能配些許的鹹菜，可去油膩，幫助消化。芥菜屬於較偏冷涼的蔬菜，久煮不黃是其特性，大芥菜適合久煮，尤其是芥菜雞湯。小芥菜則可用來清炒食用。芥菜入口時略帶苦澀，多咀嚼則會有回甘味產生，也是久食不膩的道理。經先民長年的飲食料理，已可做出許多菜色，諸如酸菜炒素腸、酸菜肚片湯、雪裡蕻水餃、素炒大心芥菜、榨菜三絲羹、炒衝菜、芥菜雞湯、香菇燴芥菜、干貝芥菜等等。