

一、前言

香草植物 (Herb) 的語意來自拉丁語“綠色的草”的意思，它包含香草、香料及藥草三種意義。廣泛來說，舉凡植物之根、莖、葉、花、果實、種子或萃取產生的精油，其一部或全部可利用作為料理、茶飲、美容、健康食品、芳香等，對人類生活有幫助的草本，統稱為「香草植物」。近年來國內環保意識抬頭及保健、有機食品的流行，加上合成化學物質的副作用對人體傷害頗大。人們從自然、健康、生活化之新觀念，來種植香草植物及研發天然香草相關產品，藉以促使國人了解與享受園藝情趣，並應用於烹調料理、茶飲或工藝裝飾、健康、美容、保養及芳香療法等，使得生活與精神上增添活潑、健康與多彩多姿。

二、香草植物的栽培要領

(一) 認識所栽培的香草種類

依目的選擇栽培的香草植物，並瞭解它的特性是成功的第一步。可以先到花市去選購想要栽培的種類，並以無性繁殖的扦插法或分株繁殖法來增加數量，或是去買種子回來栽培。

(二) 適宜栽培環境

這個項目包括正確的栽培場所或是季節；在購買香草回來栽培之前，要先知道自己要在什麼地方種植，家中是否有庭院？日照條件如何？土壤質地或是排水良好與否？要種在花盆中或是可以直接種在地上？這些都要先行規劃，再由這些條件去選擇所要栽培的香草種類，即使不瞭解該種類的特性，也可以請販賣業者幫您選擇或是給您一些建議。有些一、二年生的種類在開完花後會死亡，必須慎選合適的季節來種植。由於這些香草大多原生於高緯度地區，在臺灣的氣候條件下，秋、冬季的冷涼氣候對香草的生長比較有利。





(三) 細心且適當的照顧

香草是活的植物，因此栽培時必須時時加以照顧才能生長良好，栽培前要先觀察植物的狀況再採取適當的作法。例如：澆水時要等土壤稍微乾後再澆水，以免根部窒息而死。一些葉片肥厚的種類也不要澆太多水，適度的乾燥有助於植株發育。

收穫或修剪時，不要一次剪太多以免傷害過大，新芽長不出來而死亡，常修剪有助於長新芽。在快速生長的時期，施用一些有機肥放在土壤表面，澆水時肥分滲入根部吸收有助於生長發育良好。只要隨時注意它的生長狀況，每個人都可以試著在家中種植，以增加生活情趣。

(四) 不要使用農藥

在蟲害方面，香草即含有特殊的氣味，這些氣味對某些害蟲而言，本身即有忌避作用，但還是有一些害蟲會啃食葉片，如羅勒的某些品種會有夜盜蟲，此時寧可費一點心力以手抓除，或用防蟲網罩住隔離。病害的防治則以預防勝於治療，方法是不使用栽培過的舊土去種香草，因為內藏的病原菌會成為感染源。另外，就是在合適的環境或季節栽培香草，如此植株強壯自然可抵抗病害的侵襲；新鮮香草使用時都是生食或短暫加熱而已，含有農藥成分對健康會有不良影響。

三、結語

只有新鮮的香草風味最好，栽培幾棵不但能享受培養的樂趣，而且能夠隨時利用，對整個香草未來的市場也有幫助。香草精油及乾燥香草在國外有大面積生產，運輸又方便，這方面的產品國內業者很難與之競爭，因此必須以推廣家庭栽培及利用為主的形式，才有前景可期。此外，業者在栽培時也應強調有機栽培，不要使用任何形式的化學農藥，以生產安全的產品供應市場，如此香草產業才能在臺灣生根發展。

