

洛神葵保健機能性之應用

文/圖 陳曉菁

前言

在傳統醫學「藥食同源」的觀念下及從預防醫學角度上觀之，藥用植物與保健食品結合蔚為時尚，除調整生理功能外，應著重疾病預防與控制。臺東場研發出洛神葵保健機能性產品，係利用天然食材研究對身體有益的保健食品，讓您不但吃得健康，還要活得更美麗，是很值得推廣的天然健康養生食品。

洛神葵名稱是由英文名Roselle音譯而來，學名為 *Hibiscus sabdariffa* Linnaeus，俗稱洛神花，屬錦葵科

(Malvaceae)，為一年生草本木質狀植物，原產於熱帶及亞熱帶地區，臺東地區栽種面積年約200多公頃，每年9-12月為產期，尤其在臺東縣金峰鄉及太麻里地區，形成優美的田園景觀。由於種子發芽率高，一般採種子繁殖，生長環境適應範圍大，是一種既耐旱又能粗放栽培的作物，為臺東重要地方特產，其他地區或自家庭院偶有零星種植。由於果萼鮮紅又肥厚，適合加工製成蜜餞、果醬、果汁，還可當作調味料，整株入菜或燉湯，天然的酸甜滋味，不是合成調味料能取代的，可製作多種的好料理呢！

保健機能性成分及抑菌性

洛神葵在植物界素有「紅寶石」的美譽，花、根及種子都可當成藥用，傳統的醫學上有利尿、解渴、平衡身體內之酸鹼值、降血壓、維護肝臟健康，以及預防心臟血管疾病等功效。由於洛神葵富含有多酚類、原兒茶酸、花青素以及異黃酮素等化學物質之活性成分，具有高抗氧化作用，



洛神葵植株之生長情形



每100公克含有總多酚90毫克以上，對超氧自由基之抑制能力，相當於維生素E的抗氧化能力97%；另外，洛神葵對微生物之抑菌能力，特別對李斯特菌 (*Listeria monocytogenes*)、大腸桿菌 (*Escherichia coli*)及腸炎弧菌 (*Vibrio cholera*)等病原菌皆有抑菌效果。洛神葵除保有天然色素及果酸外，亦具有抗氧化能力。

洛神葵產品研發

一、乾燥洛神葵

1. 洛神葵果實採收後，去籽，剝取萼片，水洗後，以90℃熱水迅速殺菁30秒，瀝乾後，放入熱風乾燥箱，平鋪於乾燥盤，以70～80℃熱風乾燥8小時以上，過程中必須隨時翻拌，俟乾燥後即是乾燥製品，水分含量高達12～18%。
2. 溫度及時間是造成外觀褐變原因之一。

二、洛神茶包之製作方法

將洛神葵經去籽洗淨後，經乾燥後粉碎，依個人喜好調味，加入烏梅、山楂、蜜棗、陳皮、荷葉、決明子或茶葉等材料依比例配方調製後，裝入棉紙或尼龍材質小袋，直接泡開水飲用。

三、果醬製作方法

1. 選用無病蟲害果萼，將附著於洛神葵果萼上的雜物清洗乾淨。
2. 將洗淨的果萼加入適量的水後加溫，當溫度升至80℃左右後，添加砂糖50%，通常以逐次加入為宜，加入檸檬酸調整酸鹼度至pH2.8～3.5，糖度則以65 °Brix，加熱溫度以不超過104℃為宜，全程需時常攪拌，以避免鍋底燒焦。
3. 若果膠或寒天添加量約為原料重之0.8～1%，最好先與少量砂糖混合均勻後再行添加，添加果膠或寒天的目的在於減少砂糖用量。
4. 當熬煮中的果醬滴1～2滴至冷水中，不散開且下沉時即表示製作完成。
5. 玻璃瓶使用前需先行加熱殺菌，趁熱將煮好的果醬填入空瓶中，立即扣緊瓶蓋並將瓶子倒扣置於陰涼處，等到完全冷卻後，即可食用。

四、洛神茶飲之製作方法

1. 將洛神葵經去籽洗淨後，取果萼蒸煮，取得溶液，經離心分離過濾，取得上層澄清液，再經過精製取得過濾液後，進行真空濃縮及冷凍乾燥，或噴霧乾燥，製成乾燥粉末。
2. 中草藥抽出物如黃耆、山楂、枸杞

或荷葉等材料蒸煮，取得溶液，經離心過濾取得液體，再經過精製後



洛神茶飲

，進行冷凍乾燥，製成乾燥粉末。

3. 將上述1及2步驟依比例調製，可依個人喜好添加蜂蜜或糖，即是製品。

五、洛神糕餅內餡之製作方法

取糖漬洛神花，用果汁機打成泥，加入麥芽糖或砂糖和玉米粉，放於鍋子裡煮或是採用微波方式。注意攪拌均勻，如用微波爐微波，在沸騰時，取出攪拌一下即可，若是以鍋子煮，必須不斷攪拌以免燒焦，冰涼後就會變成塊狀。或者可加入冬瓜餡以1:1的比例混合，與市售鳳梨酥作法相同，隨著各人喜好可調整其甜度及口感。

六、洛神優格之製作方法

1. 鮮奶或奶粉沖調成牛奶(大約14~18%比例)，可將牛奶加熱冷卻至40~45℃。再加入菌粉或市售優酪乳10~20c. c.，可置於電鍋或悶燒罐等保溫環境中4~6小時，在發酵期間不要打開瓶蓋，也不要搖動瓶子，否則成品無法完整性，菌種活性可維持二星期左右。
2. 待形成優格後，再加入洛神果醬調味，可依個人喜好添加濃縮汁、蜜餞或蜂蜜等，切記請不要在培養時加入。
3. 優格製品風味是乳香而非腐臭味，優格成糊狀表面非常平滑像布丁。

未來展望

臺東場將洛神葵納入農產品產銷履歷制度輔導，其建立'**From Farm to Table**'從農場到餐桌全程監控食品之安全性，提供給消費者瞭解及安心選用。未來將透過產學合作和技術轉移模式，將洛神葵研發多元化產品呈現給消費者。並陸續應用農業生技，開發出具有東部地區特色之保健機能性及安全優質產品，以配合東部休閒農業之發展，提升臺東健康之農村產業，開拓農業生技新紀元。