

葉球緊實

耐貯運強的甘藍

綠秋

· 李錦玲 ·

一、前言

甘藍原產於歐洲，為十字花科 (Cruciferae) 芸薹屬作物，英名Cabbage，學名 *Brassica oleracea* var. *capitata*。俗稱高麗菜，別名有很多，如玻璃菜、洋白菜、蓮花菜、藍菜等，目前已經在全世界的溫帶與亞熱帶地區廣為栽培。

甘藍被稱為蔬菜中營養之王，是蔬菜中最有益身體健康的蔬菜，含有豐富的胡蘿蔔素、鈣、錳、鋁、纖維素、以及維生素C、E、U等，具有重要的醫學保健作用；也含有天然的葉黃素(Lutein)，是一種很好的眼睛抗氧化劑，避免老化性視網膜黃斑區病變，是現代人需要的重要營養元素之一。

二、品種特性

「綠秋」是農友種苗公司育成的甘藍雜交一代品種，為適合大面積或家庭園藝栽

培之品種。株形中等，葉片平滑、灰綠色、蠟粉多；為「夏秋」類型中大厚扁球，球綠色、緊實，耐貯運性強，晚裂球，品質柔嫩，球重2~3公斤，球寬約23公分，球高約14公分。本省平地晚夏、秋、冬、春等季節，8月至翌年4月播種栽培，播種至採收約85天。

三、栽培管理要點

(一)播種育苗：

利用128孔穴盤裝填「滿地王」介質後，種子直接播在穴盤內，隨即覆土後迅速將穴盤移往網室內育苗，管理較方便，蟲害不易發生，每分地種子用量約20公克。第一次澆水務必濕透，以利萌芽及發芽整齊，育苗期約25天，期間澆水次數視苗土的濕潤及天氣狀況而定，過濕或陰雨天則停止澆水，避免發生疫病，並須注意通風透光，避免苗

株徒長。播種兩週後可用葉綠精加水1000倍液代替水來澆灌，3天澆一次。

(二)整地作畦：

甘藍的主根不發達，鬚根多，易產生不定根，栽種地以土層深厚、有機質豐富的砂質壤土至粘質壤土為最理想；主要根群分佈在土層30公分以內，吸收土壤中水分及營養能力強。整地前每分地撒施腐熟堆肥800公斤、複合肥料「台肥一號」40公斤作為基肥，再利用大型耕耘機將肥料與土壤充分攪拌後開溝作畦，畦高約40公分，畦寬100公分，畦溝60公分。

(三)定植：

本葉約3~4片展開葉時，為定植適期，株距45公分，行距75公分，雙行定植，栽植深度以不超過兩片子葉為宜，平地每分地2800~3000株。

(四)灌水與排水：

定植時，視栽培環境予以溝灌或澆灌，以確保植株可順利成活，甘藍需水量頗大，

定植後應隔7~10天灌溉一次，但應注意，甘藍雖喜濕潤但忌積水，避免根受漬而腐爛，田間不可蓄水以免阻礙細根生長。進入結球期後，因需水量更大，灌溉次數應根據天氣狀況及土壤含水量酌予增加，植株於生育期間需要足夠水分，以運行光合作用製造葉綠體，並強力吸肥而快速結球。

(五)施肥管理：

肥料之需要量，依不同生育期對不同要素需求差異，每0.1公頃推薦施用化學肥料為氮素25~30公斤、磷酐9~12公斤、氧化鉀20~25公斤。其肥培管理措施為：(1)基肥：氮及鉀肥施1/3量，磷全量施入。(2)追肥：餘2/3的氮肥及鉀肥施於幼苗期、外葉快速生長期及結球期，分3~4次施用。氮肥對增產具決定作用，且以硝酸態氮的氮肥效果優於銨態氮。

第一次施肥於定植成活後7~10天，在植株四周15公分處環施；第二次於定植18天後；第三次於心葉向內包捲，開始結球時；



甘藍「綠秋」生育初期



甘藍「綠秋」生育旺期

第四次在結球肥大期，同樣施在畦溝內。在葉球發育中，另用0.5%之尿素水溶液行葉面噴施二次(每隔7天一次)，可以促進葉球之發育肥大。

(六)病蟲害防治：

甘藍栽培過程中，必須注意防治的害蟲有吊絲蟲、菜心螟(鑽心蟲)、潛葉蠅、白粉蝶幼蟲(青蟲)、大菜心螟、夜盜蟲、銀葉粉蝨等之為害。農藥防治方法，建議採用綜合防治方法或參照行政院農業委員會編印之《植物保護手冊》。

(七)採收：

當甘藍葉球生長緊密、葉球頂部呈硬實狀態時即可採收，「綠秋」從定植至採收約為60~65天，若是在田間再置留約10天，其結球性更加緊硬，外觀豐正，產量增加，風味鮮美甜嫩。夏期作甘藍因高溫及高濕氣候因素，當葉球包覆緊密後易有腐爛情形，因

此，要即時採收；冬期作甘藍應注意在結球後期，因葉球生長發育快速，若無法即時採收，需謹慎控制灌溉水量，以免植株吸水過多間接引發葉球膨脹爆裂，造成損失。

四、結語

甘藍目前仍是大宗栽培及消費市場不可或缺的蔬菜種類，甘藍菜甜度高、葉片清脆，適合大眾口味料理，除了炒食、煮湯外，還可包水餃、做泡菜、醃漬酸白菜等，生食時做成亞洲式捲心菜沙拉，或者包在漢堡及三明治的上層，清脆爽口，風味甜美，老少均能接受並喜歡食用。

甘藍具有抑制黃麴毒素、以及防癌抗癌等功效，此外，凡是經常吃甘藍菜的人，都能輕而易舉地滿足機體對纖維素的需求，甘藍菜中含有的大量纖維素，能夠增強胃腸功能，促進腸道蠕動，以及降低膽固醇，是適合各種年齡層食用的健康蔬菜。🌱



「綠秋」採收裝箱運銷



甘藍大面積栽培