

優質豐產的小胡瓜 「文秀」

· 蘇俊麟 ·



小胡瓜又稱小黃瓜或花瓜，在大陸又名青瓜，為葫蘆科蔓性蔬菜作物，喜好溫暖潮濕的氣候，在台灣一年四季均可生產，生產週期短且產量高，因此，為台灣重要瓜果蔬菜之一。

《本草綱目》記載：胡瓜氣味甘寒，清熱、解毒、利小便。胡瓜含有豐富纖維質、維生素及礦物質等營養物質，其中的丙醇二酸可抑制糖類轉化為脂肪，而果實中的嫩籽含有大量的維生素E。小胡瓜的滋味清脆爽口，可簡單料理出多變的菜色，生食烹煮兩相宜，因此，為餐桌上健康美味的佳餚。

一、品種特性

農友種苗公司經過多年選育所推出之小胡瓜「文秀」，具有許多優良的特性，其植株的生長勢強健，分枝性強，主蔓、側蔓結果均佳，節間中短，單偽結果性強，耐病性佳，適合露天或溫網室栽培。「文秀」果實的適收果長約為20~22公分，果寬約為2.5~3公分，單果重量約100~110公克。

果形直順優美，果皮濃綠，果肉青綠色，肉質脆嫩鮮美，風味極佳。自播種至開始採收約39天左右。



植株強健，具有良好的耐病性及耐熱性



「文秀」具有良好的節成性

二、栽培管理

(一) 整地、作畦：

小胡瓜為淺根一年生的短期性作物，栽培時應選擇表土深厚且排水良好之壤土或砂質壤土，土壤以微酸性至中性(pH值5.5~7.2)為最適合。為能維持植株生長勢以促進



「文秀」側蔓結實疊疊



「文秀」於生育後期其產量與品質仍有相當好的表現



「文秀」於低節位結果情形

分枝之伸長發育，必須要有良好的根群生育，首重多施有機質肥料，整地時施用全量基肥(每0.1公頃用量2,000~3000公斤)，用耕耘機耕鬆土壤，使得土壤與肥料充分混合均勻，整平後隨即作畦，畦高約25~30公分、行距150~160公分(含畦溝)，畦面上覆蓋銀黑色塑膠布，可防止土壤水分蒸發及雜草的生長。

(二) 催芽、播種：

「文秀」播種期為2月下旬至10月，種子播種前可作催芽處理，催芽處理可提高種子發芽率及整齊度，若配合藥劑使用更可提高幼苗存活率。將小胡瓜種子浸泡於清水6~8小時催芽(可配合1000倍之嘉賜銅或億力等藥劑使用)，將種子取出並以濕布包裹，再移至30~32℃之環境12~20小時，然後採用種子直播，或以穴盤育苗後再定植於田間。

(三) 灌水、施肥：

定植後待本葉長出時應注意灌溉，尤其在結果期更應增加灌水量，並且保持土壤

的適當濕度，因為小胡瓜喜濕卻不耐淹，當高溫乾燥時，葉片的水份蒸散快速，應及時灌水，以免導致葉片萎凋，致使植株生長不良；而土壤積水時，根部浸泡在水中過久易導致根部病害發生，故雨季栽培時應注意排水，儘量不使畦溝積水。由於小胡瓜生長迅速，結果期需適量補充追肥，可以穩定產量及品質，並延長採收期。

(四) 搭設栽培網：

本葉4~5葉時須搭設直立式栽培網，主蔓直立誘引，之後可自由向上伸長，瓜蔓具纏繞性，基部側蔓誘引攀附以減少垂下。生長初期側蔓2~3節處都有雌花發生，在雌花上方留一葉後摘心，促進著果及生長，雌花依序由下往上著生，主枝著果多時，可行摘果及摘除畸形果，以利於側蔓的伸長發育。收穫末期的葉片繁茂重疊，造成光線照射不良，此時宜摘除主蔓之老(黃)化葉，增加其光合作用之能力以提升產量。



(五) 採收：

「文秀」播種後39~46天即可採收，適收果長為20~22公分。下方結實的瓜果應提早採收，可促進上方的果實生長迅速。收穫期每日採收，採收時間宜選在每日清晨或傍晚。

(六) 病蟲害防治：

小胡瓜主要病害有露菌病、白粉病、病毒病、疫病及炭疽病等，蟲害有蚜蟲、粉蝨、薊馬、潛葉蠅等。選擇良好的環境與合理的管理，可減少病蟲害的發生。防治法可向各區農業改良場或農業試驗所洽詢，化學防治法可參考藥試所出版之《植物保護手冊》建議之藥劑。

三、料理食譜

農友公司研育之小胡瓜品種「文秀」，其外觀翠綠美觀，口感清脆爽口，其滋味更是優於市面上其他品種。小胡瓜料理方式千變萬化，但以簡單涼拌或沙拉方式料理更能嚐到鮮甜清脆的口感，並能使豐富的營養成分完整保留，因此，本篇介紹5種簡單易學的食譜，供大家參考。

(一) 干貝醬涼拌小胡瓜

- 1.材料：小胡瓜、胡蘿蔔、干貝醬、胡椒粉。
- 2.製作方法：小胡瓜洗淨並切除頭尾兩端後，等分切成3~4段，每段小胡瓜再以刀背或其他工具稍微拍打，使小胡瓜破裂。將胡蘿蔔切成薄片。加入適量的干貝醬、胡椒粉，與胡蘿蔔及小胡瓜拌勻即可食用。

(二) 和風味噌小胡瓜



- 1.材料：小胡瓜、味噌、沙拉醬。
- 2.製作方法：小胡瓜洗淨並切除頭尾兩端後，從中間切成兩段，每段小胡瓜再縱切成兩片。將味噌加少量的沙拉醬拌勻，然後加到小胡瓜片上即可。

(三) 台式涼拌小胡瓜



- 1.材料：小胡瓜、胡蘿蔔、蔥、大蒜、辣椒粉、鹽、糖、香油、醋。
- 2.製作方法：將蔥和大蒜切成碎末備用。小胡瓜及胡蘿蔔洗淨後刨成絲狀，加入少許鹽拌勻，醃漬10~15分鐘後擠乾水分。然後把蔥末、蒜末及適量的辣椒粉、糖、醋和香油拌均勻，加入醃漬好的小胡瓜絲及胡蘿蔔絲中，即成香辣酸甜的涼拌菜。

(四)小胡瓜小卷沙拉



- 1.材料：台式涼拌小胡瓜、小卷(透抽)、米酒、沙拉醬。
- 2.製作方法：小卷(透抽)洗淨並將其內臟清除，然後整隻放入滾水並加入米酒，將小卷去腥燙熟。將燙熟的小卷以冰水降溫，然後把已調味的台式涼拌小胡瓜塞入小卷中，並將其完全填滿。將填滿台式涼拌小胡瓜的小卷切片，食用時可沾沙拉醬增添其風味。

(五)小胡瓜馬鈴薯沙拉



- 1.材料：小胡瓜、馬鈴薯、彩色甜椒、水煮蛋、沙拉醬、鹽。
- 2.製作方法：馬鈴薯去皮煮熟後壓成馬鈴薯泥。將水煮蛋、沙拉醬及適量的鹽加入馬鈴薯泥中拌勻。小胡瓜及彩色甜椒洗淨後切成小塊狀，然後加入馬鈴薯泥中拌勻，即成色彩鮮艷的開胃菜。🍴

環保廚餘桶

優質生活、資源再利用
讓大地恢復生機
台北市農會環保桶

農友種苗股份有限公司
地址：80271高雄市中正二路26號
電話：(07)224-1106轉256、257
傳真：(07)224-0185
網址：www.knownyou.com.tw

~歡迎上網或蒞臨高雄中正路門市選購~



(CY-01)定價新台幣650元