



適應性廣、
結球穩定的青花菜

綠芬

· 呂彥誠 ·

青花菜屬十字花科作物，英名為 Broccoli，別名有綠花菜、綠花椰、西蘭花及美國花菜等等。青花菜是營養均衡的蔬菜，卡路里低且膳食纖維豐富，包含大量維生素A及C，沙拉生食或炒食皆適宜，亦可冷凍或脫水加工。學術研究方面指出，青花菜富含抗癌物質(indole-3-carbinol)，可減少乳癌、子宮頸癌及攝護腺癌的發生機會。

青花菜是由野生甘藍在演化至花椰菜的途中特化出來的一條分支，原產於西歐沿海一帶，現今世界各地皆有栽培，歐洲雖說是青花菜的發源地，但栽培上仍以花椰菜為主。青花菜約在19世紀初傳入美國，目前美國的栽培面積已超越歐洲；青花菜進入台灣

的時間點，大約是第二次世界大戰後由美國引進，當時由於冷藏技術不發達及消費習慣問題，導致市場接受度並不高，直到近10年來優良品種不斷開發，加上保鮮技術進步，才使青花菜的栽培面積逐年上升。

青花菜由於品種關係，使得花球造型產生多種變化，進而衍生出除了食用之外的其他用途，在日本婚禮中，新娘拿的是捧花，而新郎拿的則是青花菜，單身的男性以抽籤的方式抽新郎的花菜，抽中的人代表能延續這對新人的幸福。

一、品種特性

青花菜新品種「綠芬」，株形中等開展，葉色濃綠，球形圓整，蕾粒細緻，球

色濃綠，球重約500公克，大小適中，不空心，品質脆嫩。為促使植株早期生育良好，定植後第一次追肥，氮肥不可過多，避免側芽大量萌發，待至花球開始發育時，可再追加一至兩次肥料。栽培適溫15~28°C，播種至採收80~90天。

二、栽培要點

(一)栽培環境：

栽培青花菜時須選擇土層深厚、通氣性及排水性良好之砂質壤土，可幫助根群快速發展，植株生育強健，土壤pH值需在6~7之間；栽培地區需要灌排水方便，遇大雨時須盡速排水，避免大雨後遇強日，導致植株根部受傷而萎凋。

(二)育苗：

台灣播種適期為9月中旬至翌年1月中旬。冬季以128孔之穴盤進行育苗，春季由於氣溫即將回暖，改用穴格較大之104孔穴盤育苗，可幫助幼苗根部發育旺盛；將揉細加水之「滿地王」介質土裝入穴盤內，每穴播1~2粒種子，深約種子2倍高，再覆上介質土，略為壓緊後澆水保濕。待出苗後4~5天可將幼苗間拔成1株，減少陽光及養分競爭，可使幼苗更為強健，遇雨天須減少澆水

量以免徒長，若遇強日須拉起遮蔭網避免日燒現象。

(三)定植：

苗期20~25天，本葉達4~5葉即可定植，若超過30天即成老苗，定植後易小株抽苔。畦寬150公分(連畦溝)栽2行，畦向以南北走向，利於通風透光並減少倒伏情況發生。株距約45公分，定植時間以下午為佳，畦土不可超過子葉，輕壓土面可防止幼苗倒伏。

(四)肥料管理：

一分地施用有機肥(羊糞)10包(約500公斤)、「台肥43號」複合肥料80公斤作基肥，定植後10日左右施用尿素10公斤作追肥，追肥次數及肥料種類，根據植株之生長勢及葉色而定，利用條施或穴施時，注意肥料勿直接碰觸植株主體，避免肥傷；一般在幼苗期以氮肥為主，在結球期則磷肥比例需要提高。

(五)水管理：

不同時期對水的需求量也各不相同，生育結球期須保持適當水分，以增加產量；採收期節制澆水，以延長採收期。一般採用畦溝澆水，定植後第一次澆水通常水面達畦溝



將「滿地王」介質填充穴盤準備播種



「綠芬」田間栽培情況



高溫導致蕾粒發育不均勻



青花菜黑腐病



大雨後遇強日照導致植株萎凋

7~8分滿為主，之後田間經常保持濕潤為宜。若為家庭栽培，因介質排水良好、表面水分蒸發快，需經常檢查，勿使介質過乾，以清晨或傍晚澆水為宜。

(六)蟲害防治：

栽培過程中常見之害蟲，在幼苗期主要為潛葉蠅、菜心螟，中後期則需注意小菜蛾、銀葉粉蝨及紋白蝶幼蟲(俗稱青蟲)等之危害，防治法可參照《植物保護手冊》。

(七)採收：

一般定植後55天左右、球徑約15公分即可採收，採收適期主要為花蕾緊密未鬆時，沿著花球向下約5吋處切斷，再清除多餘葉片及葉梗。最好在早晨時採收。🌱



採收裝箱