

桃園區農技報導

食用甘藷栽培與利用

龔財立 蘇寄萍



前言

甘藷又名番藷、地瓜、紅藷等，為台灣重要雜糧作物之一，其塊根能製作多樣化之食品，是良好的輔助糧食，甘藷塊根含有豐富營養，除醣、蛋白質、膳食纖維外，尚有 β 胡蘿蔔素及維生素A、B₁、B₂及C與礦物質中之鐵、鈣等，甘藷營養價值不亞於米食、麵食，甘藷膳食纖維量相當高，有促進排泄及預防便秘之效果，可調整米、麵粉、肉類等的生理酸性食品，減輕人體的代謝負擔，對人體健康很有幫助。

甘藷塊根是很好的維生素A及礦物質鈣等的給源，尤以維生素A為最豐富，具有較高的營養價值，如能每天適量搭食，對人體健康和預防文明病等，都很有幫助，故從營養、保健和經濟等觀點來看，我們必須對一向被視為是貧窮人吃的食物，應有新的評價和認識。近年來本場輔導北部甘藷產業，在栽培技術方面，採用優良品種，產期調節，安全用藥及利用性費洛蒙誘殺甘藷蟻象，提高品質。在銷售方面，透過農會輔導農民組織產銷班，辦理共同運銷，分級包裝及加工利用，並舉辦展示促銷活動，擴展甘藷消費市場，增加農民收益。

栽培管理

一、適合栽培之氣候與土壤

甘藷適合栽培於溫暖地區，攝氏15℃以下莖葉即停止生長，台灣北部地區春夏秋均可種植，但以春夏為宜。一般以輕鬆土壤或含有機質的砂質壤土為宜，過於粘重的土壤或過多砂礫的土壤，易造成塊根形狀不整齊，不適宜栽培甘藷。

二、選擇優良品種

(一) 桃園一號：生育日數150天，本品種屬中熟種，塊根表皮淡紅色，肉色橙黃色，適宜砂質壤土栽培，食味佳，其用途為食用、烘烤甘藷、炸薯條及製作甘藷餅之餡。



(二) 台農57號：生育日數150天，中熟種，耐濕，不耐旱，食味佳，適宜砂質土壤種植，需理蔓，否則莖蔓易生小藷，影響塊根產量。

(三) 台農66號：生育日數150天，中熟種，塊根表皮淡棕色，肉橙紅色，表皮尚光滑，適宜砂質壤土栽培。



三、整地和作畦

種植前將土地利用犁耕或曳引機作業耕土，使土壤細碎、疏鬆和平整，然後把有機質和化學肥料等條施後，作成弧形的畦，畦面高約30~40公分。



四、育苗

(一) 諸苗種類：

1. 本田苗：於本田直接採苗，供種植用或自本田直接採苗植於苗床，供採苗用。採用本田苗時，應注意無病毒優良苗的選擇。一般栽培2~3年後，需用優良種諸苗更新。
2. 種諸苗：是以種諸直接育苗的方法，特點是易得優良苗。

(二) 育苗方法：

1. 植諸法：用種諸繁殖，採苗後直接供本田栽培。此法雖較能省工和節省土地，又可在短期內育成多量苗，但所需種諸數量多，且育成苗較細弱，優良苗數量也較少。如種植期為8~9月，應在5~6月埋下種諸。
2. 植苗法：先由種諸育成諸苗，再經採苗繁殖後，供本田栽培的育苗法。此法育苗所需作業步驟較為複雜，也較費時工及需較多土地，但所需種諸數量較少，育成苗強壯，選擇優良苗機會多，如種植期為8~9月，種諸下種應在4~5月，採苗田繁殖期，應在6~7月。

五、選擇優良諸苗

採用優良諸苗是栽培甘藷提高質、量的基本要件，採苗時應掌握優良苗的特性，理想諸苗必須是生長機能旺盛，節間短，節數7~8節，有6~5枚以上葉片，且莖粗大，強壯及長度約25~30公分的先端苗或二節苗。不宜將品質不同的諸苗混合種植，以免影響產量。

六、插植適期

北部地區春夏作3~7月，秋作8~9月為宜。

七、適合之插植密度

甘藷插植最適密度，宜考慮品種特性、土壤性質、環境條件及利用目的而定。一般最適種植密度為行距100公分，株距25公分，每公頃約種植40,000~50,000株。如為配合機械作業採收，行距應略寬為110~120公分，株距25~30公分，每公頃約種植35,000~40,000株。

八、插植方法

插植方法直接影響甘藷塊根形狀的好壞、塊根的大小及收量的多少，因為近地面的節所生的諸數多而且大。反之插植過深者塊根少而且小，所以水平淺植比斜插法為優，將諸苗水平淺插土中以手輕壓。



水平淺植法插植

九、施肥量及施肥法

甘藷施肥量 (kg/ha)

種類	硫酸銨	過磷酸鈣	氯化鉀	堆肥
基肥	100	250	150	10,000
追肥	100	—	150	—
合計	200	250	300	10,000

在整地作畦時，堆肥及過磷酸鈣全量，鉀肥與氮肥半量作基肥施用，半量的鉀肥及氮肥在甘藷插植後一個月左右中耕時做追肥施用。

十、中耕、除草、培土

避免土壤硬化，於插植後一個月須進行中耕，同時施追肥並進行除草及培土等工作。但培土須注意以不超過原畦之高度為原則。

十一、灌溉和排水

甘藷生育初期和中期，即插植三個月前後，如土壤過於乾燥並視實際情形灌溉2~3次（約插植後40、60、80天各灌溉一次），儘量保持土壤適濕狀態，勿使土壤乾濕發生急劇變化，以免塊根發生裂開。一般採用畦溝灌溉，深度以畦高之1/2-1/3為宜。生育後期不宜灌溉。生育期中諸田遭受淹水時，對甘藷生長不利，應注意排水工作。

十二、理蔓

台灣地區氣候高溫多濕，甘藷莖蔓伏在地上，節間容易生根，故在灌溉或降雨後，依實際情形進行除草及理蔓1~2次，將蔓輕輕拉起

再放置原位。如無特別需要，可不必舉行。

十三、病蟲害防治

(一)地下害蟲防治：

於整地時施用「福瑞松」粒劑每公頃10公斤，均勻撒佈地面，然後翻耕土壤以防治地下害蟲。

(二)縮芽病：

應從無病苗圃採苗，雨期較易發生，應注意排水，並多施鉀肥0.5~1.5倍。

(三)簇葉病：

徹底拔除病株，可減少傳染源，勿使用罹病諸苗，以免病原傳播。

(四)甘藷蟻象及猿葉蟲：

於作畦時，每公頃2.5%陶斯松粉劑45公斤均勻施於半畦上，再犁蓋藥，作成畦後插植諸苗，若以機械整地作畦者，在整地前均勻施於田面後立即耕翻之。

(五)甘藷潛葉蛾：

噴施50%撲滅松乳劑1,000倍或90%納乃得可濕性粉劑1,800倍液防治。

噴施50%撲滅松乳劑1,000倍或90%納乃得可濕性粉劑1,800倍液防治。

(六)甘藷螟蛾：

在甘藷插植後二個月開始，每半個月噴施90%納乃得可濕性粉劑1,800倍稀釋液一次，至收穫前二個月為止。

(七)蝦蟇天蛾：

噴施50%加保利可濕性粉劑500倍稀釋液防治之。

十四、收穫

甘藷之成熟期因品種不同，通常插植後5~6個月為收穫之適期，收穫須選擇晴天進行，先將地上部莖葉割去，大面積栽培可用甘藷收穫機收穫，小面積可耕犁進行，收穫後之塊根不要曝曬於強烈日光下，以免日光直接照射，傷害其組織而腐爛，亦不要堆積在一起而導致發熱霉爛。

甘藷料理製作

(一) 甜藷花

材料：
甘藷—半斤
果糖—3湯匙
奶油—1茶匙
鹽—1/4茶匙
葡萄乾—少許

做法：
1. 甘藷去皮洗淨，加蓋微波爐5分鐘，煮熟搗成泥，趁熱加入果糖、奶油、鹽拌勻，分成10份。
2. 每一份皆用紗布包裹，絞扭一下即成自然花樣的甜藷，上放葡萄乾點綴即可。



(三) 甘藷紅豆甜湯

材料：
冷凍甘藷湯圓—1斤(或甘藷泥半斤加太白粉4兩揉勻做成小湯圓亦可)
紅豆—半斤
糖—適量

做法：
1. 紅豆湯煮好加適量的糖。
2. 湯圓煮至浮起撈出至1. 拌勻即可，亦可冰涼後食用。



(二) 甘藷菜包

材料：
甘藷—2斤
糯米粉—1斤
(1) 絞肉—半斤
蝦仁—4兩
豆干—半斤
蘿蔔絲—半斤
蔥—少許
(2) 胡椒粉—1小匙
鹽—2茶匙
香油—1茶匙

做法：
1. 甘藷蒸熟後加入糯米粉揉勻。
2. 將(1)料爆香加入(2)之調味料炒勻備用。
3. 將1. 做成小段再將2. 的餡包好做成圓形，放入蒸鍋內(蒸鍋內放棉布)，以大火蒸約15分鐘即可，再用海苔、櫻桃裝飾。
註：可用月桃葉、柚葉來墊菜包，蒸起來香氣撲鼻，更誘人食慾。



(四) 甘藷什錦麵

材料：
甘藷麵—1包、胛心肉—半斤、高麗菜—半斤、蔥段—3支
(1) 醬油—1湯匙
酒—1/2湯匙
太白粉—1/2湯匙
(2) 胡蘿蔔絲—半碗
香菇絲—3湯匙
(3) 高湯—1/2杯
鹽—1茶匙
胡椒—少許

做法：
1. 肉絲調(1)料拌勻，醃20分鐘，高麗菜切細絲。
2. 麵條煮熟，撈起拌1茶匙香油。
3. 油3湯匙加熱，將肉絲炒至顏色較白，加蔥炒香，下(2)料炒，再加(3)料燒沸，即把麵條、高麗菜全部材料一齊拌炒勻即可。

