

馬鈴薯



類別：糧食作物-根莖類
學名：Solanum tuberosum L.
英名：Potato
別名：洋芋、土豆(中國北方)
分類：茄科(Solanaceae)茄屬(Solanum)



A B
C D
A 馬鈴薯
B 馬鈴薯
C 花器近照
D 花器近照

主要特徵

馬鈴薯為多年生草本植物，在臺灣作一年生或一季栽培。食用部位為圓、橢圓等形狀之地下塊莖，塊莖上有芽眼，表皮為紅、黃、白或紫色。地上莖呈稜形，有毛。花有白、紅或紫色。

重要品種或分群

克尼伯



自美國引進、俗稱大葉種，早熟、薯大、白肉、芽眼淺、薯形扁橢圓、兼具鮮食及加工洋芋片，缺點是不耐病毒病及晚疫病。

台農1號



中晚生品種、生育旺盛、薯形橢圓、薯肉黃色、薯皮淺黃色、對晚疫病免疫、耐病毒病、適合鮮食、不適合油炸加工。

大西洋



自美國引進、生育期中、薯型渾圓、外皮土黃色、薯肉白色、芽眼深，適合油炸薯片加工。

Russet Burbank



中晚熟、薯形長橢圓、表皮粗糙、褐色皮、薯肉白，適合用於油炸薯條加工。

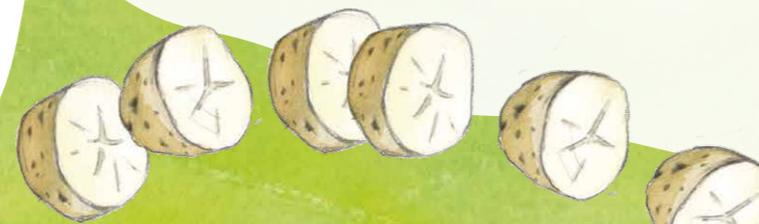
品種來源

原產地與臺灣發展演變

馬鈴薯原產於中北美洲安地斯山脈，17世紀時由荷蘭人傳入臺灣，日治時期臺灣開始有專業栽培紀錄，目前臺灣主要栽培品種，包含來自美國的克尼伯、大西洋，以及國內自行選育的台農1號、台農3號及種苗4號等。

生產概況

馬鈴薯是茄科一年生作物，為世界上重要的糧食作物之一，全球栽培僅次於甘蔗、玉米、小麥、稻米後之第5大農作物。因馬鈴薯在冷涼環境中才適合生長，故臺灣多在10月-2月秋冬季栽培，104-106年全臺栽培面積平均2,561公頃、主要產地為雲林縣、臺中市及嘉義縣。



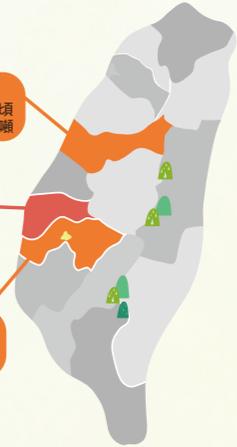
產地、面積、產量圖



臺中市
栽培面積：547 公頃
年產量：14,232 公噸

雲林縣
栽培面積：1,267 公頃
年產量：28,596 公噸

嘉義縣
栽培面積：632 公頃
年產量：13,873 公噸



資料來源：行政院農業委員會農業統計年報(104-106年平均)

在地狀況



臺灣馬鈴薯栽培北界，約在臺中后里、苗栗三義一帶



金門地區栽培馬鈴薯，以台農1號為主

其他重要圖文訊息

104-106年馬鈴薯平均國產與進口量：

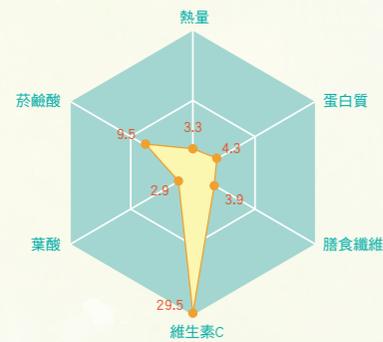


國產農漁畜產品教材 - 2019.12出版
編撰單位：行政院農業委員會種苗改良繁殖場
撰稿者：王至正 / 美術編輯：梁滄插畫

營養成分

馬鈴薯富含碳水化合物，在塊根塊莖類作物中，它的蛋白質含量最高，且可食用部分高達85%，依據衛福部食品營養成分資料庫，每100公克馬鈴薯含有水分80.5公克、碳水化合物15.8公克、總蛋白質2.6公克、膳食纖維1.3公克、維生素C29.5毫克、葉酸11.4微克，並富含鉀、磷、鎂等礦物質。

營養成分比較雷達圖



以臺灣青少年女性（13-15歲）每日攝取量標準為100，每100克馬鈴薯中所含重要營養素的比例（膳食纖維採用參考值，其餘採用建議值）。

資料來源：衛生福利部國民健康署

挑選方法

選購馬鈴薯時，應挑選表皮、外觀完整無傷疤，無異味之薯球，避免挑選表皮變綠、發芽之馬鈴薯。

保存方法

馬鈴薯在5°C以上環境就有可能發芽，如要保存馬鈴薯，可用有打孔之塑膠袋包裝後置於冰箱冷藏室，並避免照光以防止表皮變綠。

生產過程

栽培過程重要關鍵

- 種薯育芽處理：**於定植前1個月將種薯移出冷藏庫，置於隔離、通風、且有散色光照環境育芽。萌芽後依預計種植數量切薯。切薯前刀具消毒，切薯時每薯塊至少帶一芽點。
- 定植程序：**以人或農機作畦，畦寬4尺(含畦面3尺及畦溝1尺，畦溝深20cm以上)。每畦栽植雙行，株距約25-30cm，行距約40-50cm。定植時芽點朝上，種植深度約土面下2cm。
- 灌溉程序：**定植完成後進行初次灌溉，以土層濕透為原則，第2週後視植株生長情況及土壤濕度進行灌水。
- 中耕管理：**定植後第3-4週(或植株高度10-20cm)時，以人工或機械將畦溝土壤撥於畦面，防止薯球表面照光。
- 採收與貯藏：**栽培末期開始停止給水，使其地上部植株乾枯後挖掘採收。採收之馬鈴薯先放在陰涼通風處讓表皮傷口癒合。癒傷處理一週後，移到4°C冷藏。

栽培生產曆

月份		10	11	12	1	2	
		上	中	下	上	中	下
定植		[黃底]					
莖葉生長及結薯期		[綠底]					
收穫期						[橙底]	

小知識

料理馬鈴薯時，常發現削皮或切塊的馬鈴薯一下就變黑，是什麼原因呢？其實是因為馬鈴薯含有豐富維生素C，與空氣接觸後，會因氧化而變黑。料理時可將削皮或切塊的馬鈴薯浸在冰水中，阻隔空氣接觸，可防止馬鈴薯變黑。

料理食譜

馬鈴薯沙拉

材料：馬鈴薯1顆 / 小黃瓜30公克 / 玉米粒1大匙 / 胡蘿蔔30公克 / 蛋1顆
鹽少許 / 黑胡椒少許 / 美乃滋3大匙 / 橄欖油1小匙



消費Q&A

Q1. 變綠或發芽的馬鈴薯不可食用？

A1. 變綠或發芽的馬鈴薯，其表皮及芽體週邊生物鹼含量較高，食用會導致麻、澀、噁心，嚴重可能導致中毒。所以對於發芽、變綠的馬鈴薯不建議食用。



Q2. 馬鈴薯切開後發現空心變黑，可不可以食用？

A2. 馬鈴薯採收期環境溫度太高，或氮肥施用過多，會導致薯球空心，如冷藏不當可能使心部變黑，削去黑心部位，並完全加熱煮熟後應是對人體無害。