

馬鈴薯



類別：蔬菜類
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。地上莖呈棱形，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、生育期適中、薯型渾圓、外皮土黃色、薯肉白色、芽眼深，適合作油炸薯片加工。

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

馬鈴薯原產於中南美洲安地斯山脈，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大宗農作物。因馬鈴薯在冷涼環境中才適合生長，故臺灣多在10月至翌年2月秋冬季栽培，民國110-112年全臺平均種植面積2,731公頃、主要產地為雲林縣、嘉義縣及臺中市。

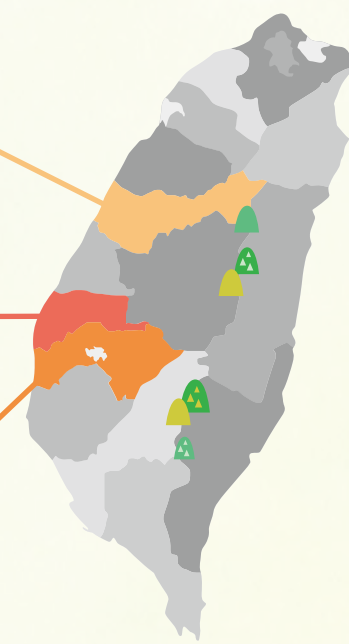
產地、面積、產量圖



臺中市
栽培面積：603公頃
年產量：16,642公噸

雲林縣
栽培面積：1,174公頃
年產量：22,545公噸

嘉義縣
栽培面積：904公頃
年產量：21,682公噸



資料來源：農業部農糧署農情報告資源網（110-112年平均値）
最新資訊請至「食農教育資訊整合平臺/臺灣農產地圖」查詢。

在地狀況



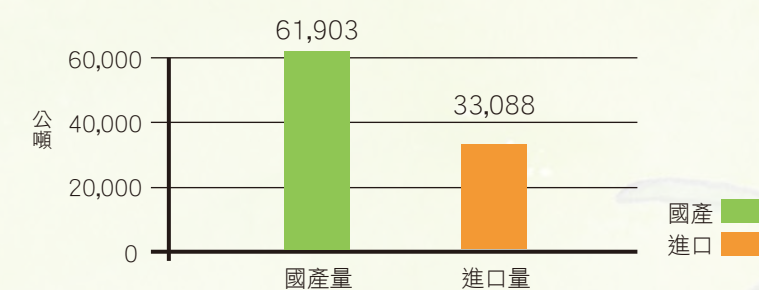
臺灣馬鈴薯栽培北界，約在臺中市后里區、苗栗縣三義鄉一帶。



金門地區栽培馬鈴薯，以台農1號為主。

其他重要圖文訊息

民國110-112年馬鈴薯平均國產與進口量



國產農漁畜產品教材-2025.12出版

編撰單位：農業部種苗改良繁殖場
撰稿者：王至正 / 插畫與版面設計：染渲插畫

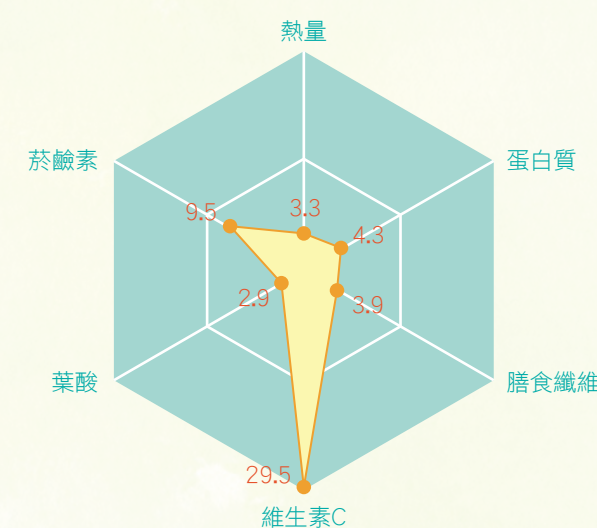
農業部
MINISTRY OF AGRICULTURE

廣告

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、蛋白質2.6公克、膳食纖維1.3公克、維生素C 29.5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公克馬鈴薯中所含重要營養素的比例。

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℃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

栽培時重要關鍵過程

- 1. 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。
- 2. 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20公分以上）。每畦栽植雙行，株距約25-30公分，行距約40-50公分。定植時芽點朝上，種植深度約土面下2公分。
- 3. 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。
- 4. 中耕管理：**定植後第3-4週（或植株高度10-20公分）時，以人工或機械將畦溝土壤撥於畦面，防止薯球表面照光。
- 5. 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1週後，移到4℃冷藏。

栽培生產曆

月 份											
10	11	12	1	2							
上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
定植											
	莖葉生長及結薯期										
										收穫期	

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。



國產農漁畜產品教材-2025.12出版

編撰單位：農業部種苗改良繁殖場
撰 稿 者：王至正 / 插畫與版面設計：染渲插畫

農業部
MINISTRY OF AGRICULTURE

廣告