

甘 薯



類別：雜糧作物-根莖類
學名：*Ipomoea batatas* (L.) Lam.
英名：Sweet potato
別名：甘薯、地瓜、番薯、紅薯、甜薯、朱薯、金薯、白薯、番茹、番蒔、番芋、山芋、紅苕
分類：旋花科(Convolvulaceae)甘藷屬(*Ipomoea*)



A 甘藷的地下部一塊根
B 花器近照

主要 特徵

甘藷葉是常見的食用蔬菜，葉形及葉色常因品種而異，大致分作綠色、紫紅色，常見形狀為心臟形、盾形和裂葉形；莖蔓也因品種的不同，粗細和顏色有異，多為綠色或紫紅色，匍匐地面或半直立生長；花朵鐘形或漏斗形，粉紅色或紫色，形似牽牛花；俗稱地瓜的部位便是甘藷的地下部塊根，形狀眾多如紡錘形、圓形、圓柱形或不規則，皮色可分作黃、紅、紫、白等色系，肉色有黃肉、橙紅肉、紫肉及白肉，用途為鮮食、加工食品、禽畜飼料、工業原料等。

重要品種或分群

諸肉顏色：淡黃色
臺農57號(黃金地瓜)



臺灣最常見的黃皮黃肉甘藷，且是栽培面積和產量最多的品種，兩大超商的夯番薯及蒸地瓜皆使用此品種。口感綿密鬆Q、香味濃郁。

臺農74號(金香)



2017年育成紅皮黃肉地瓜，表皮光滑，是臺灣最新品種，具室溫下耐貯藏(28天)特性。口感香濃順口。

農林36號(紅東、栗香地瓜)



日本 / 茨城縣農業研究中心1984(昭和59)年命名的紫紅皮黃肉；近年廣受喜愛的品種，蒸煮後具有栗子香氣，俗稱栗香地瓜，從越南進口的也多是此品種。口感質地香鬆，泥粉質，甜度高。

鳴門金時(金時栗香、金時美人)



日本 / 高系14號芽條變異系統，1979年選出的紫紅皮(明亮光滑)淡黃肉。四國地區德島縣鳴門市為名稱由來，口感乾粉綿密，甜度高。

諸肉顏色：橙紅

臺農64號(梨仔皮、竹山種)



淡棕黃皮深橙紅肉的甘藷，表皮光滑，為南投縣竹山鎮栽培的當地特有種。口感軟綿，適於製成蜜餞。

臺農66號(紅心、紅金地瓜)



淡棕紅皮橙紅肉，甘藷的紅肉是β-胡蘿蔔素含量較多的表現，新北市金山區之特產，是臺灣常見的紅肉種甘藷。口感細軟，水分多。

桃園3號(金寶)



橙黃皮橙紅肉，是目前臺灣栽培品種中β-胡蘿蔔素含量最高的品種，具有早熟種優勢。口感濕軟Q彈。

諸肉顏色：紫

臺農73號(紫玉、紫芋地瓜)



臺灣第一個自行育種而成的紫肉品種，紫色是花青素的呈色(具抗氧化能力，是近年保健養生風潮的主角。口感帶纖維，水分少，為製餡或天然色素的加工原料。

花蓮1號(芋仔番薯、芋心地瓜)



花蓮、臺東一帶有許多紫肉的地方品種，經選育後的此品種，花青素及膳食纖維含量極高。口感帶纖維，甜味佳，水分少，為製餡或天然色素原料。

諸肉顏色：白

西蒙1號(白地瓜、Caiapo)



原產巴西的白皮白肉原生種，1973年傳入日本，約1978年由日本傳來臺灣。被視為保健藥用的品種，有最豐富的維生素K、鉀、鈣及葉酸成分，對血液系統疾病具有效用。口感鬆綿，甜味清爽。

品 種 來 源

原產地與臺灣發展演變

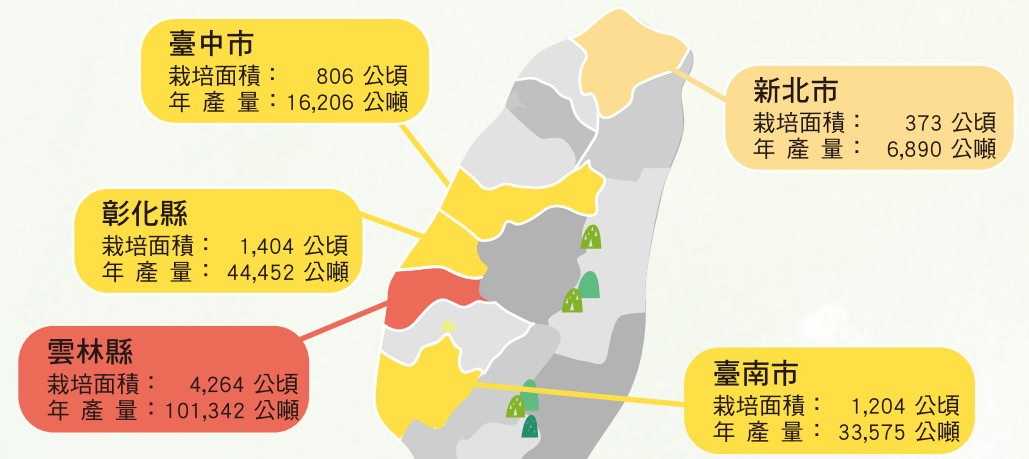
甘藷原產於墨西哥、哥倫比亞到秘魯一帶的中南美洲，約在17世紀初由福建省傳入臺灣栽培。臺灣於二次大戰後(民國35-62年)因農村主要以養豬為副業，並且甘藷是貧困農村中重要糧食來源，年生產量為200-340萬餘公噸，是臺灣甘藷生產和利用的最高峰時期。60年代中期開始，家畜飼養方式改善，進口玉米逐漸取代甘藷之飼料用途，以致甘藷栽培面積及生產量逐年銳減，直至近10年來，栽培面積維持在1萬公頃上下，年產量約23萬餘公噸。

生 產 概 況

甘藷是世界第七大糧食作物，每年有1.04億公噸總產量，中國占有68%，為最大產地。臺灣在104-106年平均栽培面積10,239公頃，年產量238,068公噸，前3大主要產地依序為雲林縣、彰化縣及臺南市，次要產地則是臺中市、苗栗縣及新北市。栽培期多在5-9月的夏、秋作，主要產期則落在9月到翌年1月。國產甘藷自給自足，每年僅自日本進口生鮮或冷藏甘藷361公噸，進口越南之冷凍甘藷701公噸。

產地、面積、產量圖

近三年縣市種植面積及年產量分布：



資料來源：行政院農業委員會農業統計年報(104-106年平均值)

在地狀況

- 番薯的原鄉-水林鄉
雲林縣水林鄉是甘藷最大產地且全年生產，栽培面積占全國16%，主要栽培品種為臺農57號，當地自2001年開始舉辦「水林番薯文化季」，在11-12月藉由文化季推廣讓消費者體驗農村生活與耕作，水林鄉公所更於2017年註冊通過臺灣第一個雜糧類的「產地證明標章」。
- 北臺灣沿岸的金山甘藷節
新北市金山區以栽培紅心的臺農66號聞名，自2001年起開始舉辦甘藷節，除了體驗活動外，近年尚進行農友間爭取甘藷王的競賽，而8-9月份是臺灣北海岸的甘藷產期。

營 養 成 分

甘藷為生理鹼性食物，能調整米、麵粉及肉類等一些生理酸性食物，減輕人體代謝負擔，水分及碳水化合物是其主要成分，熱量更是米或麵粉的1/3，是膳食纖維、礦物質、維生素群(β-胡蘿蔔素、B群、C、E、K)與抗氧化劑(花青素)的重要天然來源，能以最低的成本提供最豐富的營養。國際上證實甘藷獨特的化學組成，對人類健康具有很大的影響力，更有作為藥用食品的潛力，保健功能包括抗氧化、抗菌、抗炎、抗癌、抗第2型糖尿病、抗肝毒(護肝)、防衰老以及止血等。

