

食用

台灣自然圖鑑 016

花卉及瓜果 圖鑑



徐擘春 孫光聞 著



晨星出版



【推薦序】

吃得營養、種得健康——怡情之外讓我們更養生

嚴格說來坊間有關花卉的圖鑑其實還蠻多的，有關蔬果類烹飪及識別的也還不少，但將食用花卉及瓜果綜合起來成為一本圖鑑就不多見了。在觀花賞果之餘，還能夠進一步地食用或烹調，必能增加我們生活上的野趣，若再加上自我採集或種植，吃得營養、種得健康就不一定是夢想，而是真能實現的理想。

本書共介紹286種花卉及瓜果，每一物種的形態雖然只有簡單的文字描述，但同時將其可食用部位、方法、應用方式都記錄出來，且對其地理分布也都有所描述，讓讀者除了認知這些花卉或果實外，還可以對它們的來龍去脈多一些了解。外部形態的描述不難，但要真正識別才是重要，特別是對吃進肚子的東西，哪怕是取之於自然界，有些還是不應該被我們食用，所以不單單是對花果的認識，對於物種生長的條件、開花結果季節也都是應當掌握的重要資訊，本書對每個物種之生長習性、分布環境及形態識別特徵等，都有簡單扼要的文字說明、圖表或提供彩色照片協助讀者辨別。

為了讓讀者方便比對，每一種植物都有科學上的「科名」、「屬名」、「學名」及「別名」以供查詢。本書同時在側頁提供依據花色的彩色圖塊以及科別分類，希望達到方便讀者快速搜尋欲知或已知的物種；此外，內容還包括基礎科學資訊與食用方法，因此是兼具實用性、方便性、科學性及普及性的圖鑑書，相當適合普羅大眾、在校師生或是學者專家閱讀。

多數在都市成長的小孩，大都知道枇杷是種水果，但它究竟是長在喬木、灌木還是草本植物上面，可能就會用猜的；櫻花會長櫻桃嗎？甚至一些老師或生活在都會區的人們，都必須想像一下或猜猜看。當然如今網路資訊發達，很多事物「上網查詢」或「google一下」就有答案，但那麼多的資訊您要如何去判斷呢？看著這些資訊，您到了苗圃、公園、校園、果園或是野外，試問您就可以辨認出來嗎？當然由市場將花卉、果實買回家再依樣畫葫蘆也是挺有野趣，但這不是本書出版的初衷。本書希望讀者們能拿著書去戶外實際比對、認識，在流汗當中學習許多花卉瓜果的知識，進而親近大自然，更進一步親自體驗種植及收成的喜悅，並得到觀花、賞果、烹調、品嚐的樂趣，不僅達到營養健康，還有怡情養生的目的！

國立自然科學博物館植物學組



【監修序】

「台灣自然圖鑑」系列發行至今，持續以單一主題介紹台灣這片土地的花草樹木；舉凡自然生境中的原生植物、庭園山林內的景觀植栽、昆蟲與你我大快朵頤的蔬果食草，甚至你我共存共榮的都會野花，該系列作者群都費盡心力，以深入淺出的文字與精美細緻的圖片，將寶島台灣的「珍寶」呈現在國人眼前。對遠道而來的訪客，或是這座島嶼的居民，美味的新鮮食材總是令人讚不絕口；隨著海外旅遊的興盛與國際貿易的頻繁，許多海外的新奇食材也得以映入國人眼簾，這些新奇的蔬果不僅口味獨特，有時也是庭園觀賞的奇花異樹；因此，晨星出版社所籌劃的《食用花卉及瓜果圖鑑》得以構想、問世，不僅讓讀者更熟知寶島台灣的食用植物寶庫，更給予一把開啓世界其他地區食材寶庫的鑰匙。本人有幸參與本書的編審工作，深深期待讀者閱讀這本圖文並茂的專書後，能對這些美味而陌生的食材有進一步了解，並能因此深入體認各地的風俗民情與其文化意涵。

鍾明哲

國立台灣師範大學生命科學系



如何 使用本書

本書精選286種常見食用花卉及瓜果，除了介紹它們的形態特徵外，並說明其地理分布、應用方式以及可食用



紫羅蘭

Matthiola incana

科名 十字花科 Brassicaceae

屬名 紫羅蘭屬

別名 草紫羅蘭、草桂花

主文

說明該植物族群的分布環境、生長習性、應用方式，並介紹該物種之形態特徵，以教導讀者如何辨識。

喜 冷涼、光照充足環境，稍耐半陰，較耐寒。喜疏鬆肥沃、濕潤深厚的中性或微酸性土壤。可用於花壇，亦是上等切花材料；矮生多分枝品種，可用於盆栽觀賞。

形態特徵

一、二年生或多年生草本，株高20~60cm。全株被灰色星狀柔毛。莖直立，基部稍木質化。葉互生，橢圓形至倒披針形，頂端鈍圓或罕具短尖頭，基部漸狹，全緣或呈微波狀。總狀花序腋生，花冠紫紅色，具微香。蒴果黃褐色。



1.花冠紫紅色。2.總狀花序頂生。



十字花科



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布

原產歐洲地中海沿岸。中國各大城市均有引種栽培。台灣地區偶見景觀栽培。

食用部位及方法

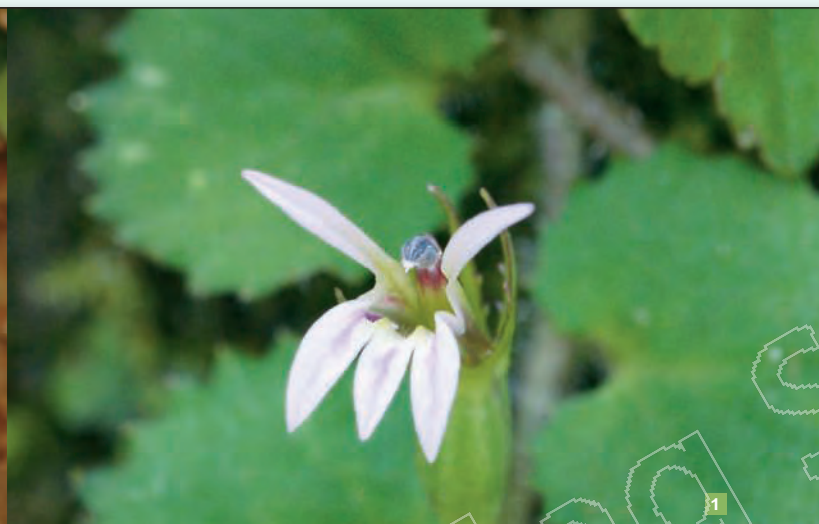
花：可曬乾食用，多用於製作花草茶，具有清火美顏的功效。

160

分布、食用部位及方法

詳述該物種分布地區，並介紹其適合食用之部位及食用方法。

部位與方法。希望透過本書的介紹，讓您了解這些漂亮的花卉及果實
不僅可供欣賞，甚至還有其他的利用方式及食用上的營養功能喔！



普刺特草

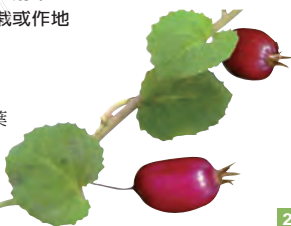
Pratia nucmularia

科名 桔梗科 Campanulaceae
屬名 山梗菜屬
別名 小鈴鐘、地鈕子、地茄子、銅鐘草

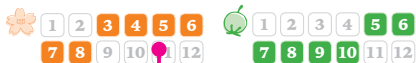
喜溫暖、濕潤的環境，喜光照，耐熱、耐旱、耐瘠。不擇土壤。全草入藥。可盆栽或作地被植物。

形態特徵

匍匐草本，節上生根，莖被柔毛。葉互生成2列，卵圓形、近圓形或腎狀圓形，基部近圓形至心形，有時歪斜，邊緣具銳尖三角形齒。花冠淡紫色或玫瑰紅色，或帶綠色，或黃白色，喉部黃色及在下唇3裂片基部有紫斑。漿果橢圓形，紫色至深紫藍色。



1.花冠呈淡紫色。2.漿果橢圓形，紫色至深紫藍色。



分布 原產中國長江以南各省及西藏等地。印度、馬來西亞、越南、泰國及澳大利亞、南美洲亦有分布。台灣全島中低海拔山區可見。

食用部位及方法 果實：成熟後可直接食用。

資訊欄

說明該物種的科名、屬名及別名，以便讀者查詢。

側欄索引

依據花色編排並提供該種所屬科名，以便物種查索。



桔梗科

161

生長周期

將該植物的開花及結果時間以色塊標示，讓讀者一目了然。



目錄



推薦序 2
監修序 3

如何使用本書 4
植物分類 14

食用部位 16
食用方法 20
應用方法 21

白色

大籽獼猴桃 2.2

黑蕊獼猴桃 2.3

番木瓜 2.4

人面子 2.5

芒果 2.6

荷蘭芹 2.7

緬梔 2.8

甜菊 2.9

獼猴樹 3.0

烏欖 3.1

曇花 3.2

紅龍果 3.3

天茄兒 3.4

四照花 3.5

第倫桃 3.6

胡頹子 3.7

猴歡喜 3.8

杜英 3.9

銀合歡 4.0

金龜樹 4.1

刺槐 4.2

槐 4.3

地筍 4.4

蘋果薄荷 4.5

野木瓜 4.6

天門冬 4.7

蘆筍 4.8

玉簪花 4.9

中國野百合 5.0

小葉王蓮 5.1

玉蘭 5.2

含笑 5.3

重瓣芙蓉 5.4

號角樹 5.5

蒲桃 5.6

稜果蒲桃 5.7

芭樂 5.8

蓮霧 5.9

流蘇樹 6.0

Contents





茉莉 61	山裡紅 74	沙梨 87
西番蓮 62	枇杷 75	石斑木 88
芝麻 63	白鵝梅 76	琉球野薔薇 89
美洲商陸 64	草莓 77	金櫻子 90
車前草 65	湖北海棠 78	變葉懸鉤子 91
棕葉蘆 66	蘋果 79	阿拉比卡咖啡 92
薏苡 67	梅花 80	羅巴斯塔咖啡 93
孟宗竹 68	杏 81	利比亞咖啡 94
秀貴甘蔗 69	掌葉覆盆子 82	重瓣黃梔 95
金蕎麥 70	中國櫻桃 83	荔枝 96
蕎麥 71	李 84	檸檬 97
何首烏 72	火棘木 85	柚子 98
山楂 73	鴨梨 86	香櫞 99





🌸 紅色

椪柑 100

油茶 110

紅花 120

橙橘 101

茶 111

胭脂樹 121

黃皮 102

越南油茶 112

木棉 122

金棗 103

紅皮糙果茶 113

臭牡丹 123

神秘果 104

南美假櫻桃 114

鳳梨 124

蛋黃果 105

海州常山 115

蕉芋 125

五彩辣椒 106

高良薑 116

山竹 126

甜椒 107

益智 117

合歡 127

香瓜茄 108

穗花山柰 118

木立蘆薈 128

蘋婆 109

南燭 119

卷丹 129

山丹 130

蜀葵 131

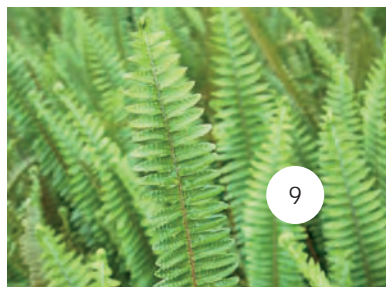
木芙蓉 132





紫色

- | | | |
|------------|-----------|------------|
| 裂瓣朱槿 133 | 海棠 146 | 千日紅 156 |
| 益母草 134 | 十六夜薔薇 147 | 雷公根 157 |
| 楊梅 135 | 玫瑰 148 | 短毛董菜 158 |
| 硃砂根 136 | 郁李 149 | 木蝴蝶 159 |
| 桃金娘 137 | 紅梅消 150 | 紫羅蘭 160 |
| 小葉赤楠 138 | 佛手柑 151 | 普刺特草 161 |
| 加拿大柳葉草 139 | 日本山茶 152 | 紫藤 162 |
| 安石榴 140 | 多齒山茶 153 | 洋紫荊 163 |
| 桃 141 | 南山茶 154 | 紫雲英 164 |
| 日本海棠 142 | 大花紫玉盤 155 | 芍藥 165 |
| 木瓜海棠 143 | | 金錢薄荷 166 |
| 貼梗海棠 144 | | 墨西哥鼠尾草 167 |
| 垂絲海棠 145 | | 皺葉薄荷 168 |





🌸 黃色

- | | | |
|----------|-----------|-----------|
| 薄荷 169 | 芡 177 | 腰果 185 |
| 荷蘭薄荷 170 | 柳葉菜 178 | 山刺番荔枝 186 |
| 羅勒 171 | 白及 179 | 牛心番荔枝 187 |
| 紫羅勒 172 | 楊桃 180 | 番荔枝 188 |
| 紫蘇 173 | 紫花酢漿草 181 | 假鷹爪 189 |
| 夏枯草 174 | 土人參 182 | 香榧 190 |
| 華錦葵 175 | 寧夏枸杞 183 | 蒔蘿 191 |
| 鋪地錦 176 | 枸杞 184 | 龜背芋 192 |

砂糖椰子 193

扇椰子 194

凍子椰子 195

可可椰子 196

非洲油棕 197

蛇皮果 198





華盛頓椰子 199

金盞菊 200

向日葵 201

蒲公英 202

萬壽菊 203

夜香花 204

凌霄花 205

榴槤 206

馬拉巴栗 207

橄欖 208

金銀花 209

山茱萸 210

西瓜 211

哈密瓜 212

蘇鐵 213

柿 214

金薑花 215

羅望子 216

花生 217

金雀花 218

阿勃勒 219

鐵刀木 220

板栗 221

銀杏 222

香葉樹 223

蘆薈 224

黃花菜 225

萱草 226

蘭州百合 227

黃秋葵 228

磨盤草 229

洛神葵 230

黃槿 231

樹蘭 232

蘭撒果 233

香椿 234

麵包樹 235

波羅蜜 236

拔蕉 237

大蕉 238

地湧金蓮 239

香蕉 240





 綠色

- | | | |
|-----------|-----------|------------|
| 歐洲萍蓬草 241 | 拐棗 255 | 刺楸 268 |
| 白玉蘭 242 | 龍眼 256 | 叢立孔雀椰子 269 |
| 假皂莢 243 | 人心果 257 | 孔雀椰子 270 |
| 桂花 244 | 番茄 258 | 甘藍椰子 271 |
| 蠟梅 245 | 櫻桃小番茄 259 | 木奶果 272 |
| 迎春花 246 | 梧桐 260 | 重陽木 273 |
| 月見草 247 | 可可 261 | 油柑 274 |
| 酢漿草 248 | 旱金蓮 262 | 蓴 275 |
| 華山松 249 | 朴樹 263 | 胡桃 276 |
| 白皮松 250 | 榆樹 264 | 小波羅蜜 277 |
| 馬尾松 251 | 地錦 265 | 構樹 278 |
| 中華獼猴桃 252 | 山葡萄 266 | 象耳榕 279 |
| 竹柏 253 | 葡萄 267 | 無花果 280 |
| 澳洲胡桃 254 | | 薜荔 281 |





 藍色

 彩色

優曇華 2.82

琉璃苣 2.92

朱槿 300

葎草 2.83

藿香 2.93

荷 301

桑樹 2.84

藍睡蓮 2.94

王蓮 302

茗藤 2.85

布袋蓮 2.95

牡丹 303

胡椒 2.86

大本炮仔草 2.96

大波斯菊 304

假蒟 2.87

齒葉薰衣草 2.97

杭白菊 305

紅棗 2.88

甜薰衣草 2.98

 蕨類植物

花椒 2.89

長穗薰衣草 2.99

筆筒樹 306

紅毛丹 2.90

腎蕨 307

球薑 2.91

中名索引 308

學名索引 312

參考文獻 317



人類食用植物的歷史悠久，早在採集社會形成之前，人類就懂得採食野生的草本植株與果實。隨著文明的不斷發展，越來越多植物的食用價值被人們發掘。本書收錄的植物種類，其可食用器官主要為花與果實，少部分為莖葉類的食用植物。

植物分類

依據其外在生長型態差異，可分為：

水生植物

生活在水中，大多需要充足的光照，例如：荷、歐洲萍蓬草、小葉王蓮。可進一步細分為：漂浮植物、浮葉植物、挺水植物、沉水植物與濕生植物。



荷。

草本植物

莖草質，莖內木質部不發達，無大量堆積木質素的木材，通常支持能力較弱。例如：地筍、蘆薈、黃花菜、玉簪花等。



玉簪花。



地筍。

喬木

莖內具有發達的木質部與累積木質素的木材，植物體一般高達5m以上，多具單一而明顯的主幹的木本植物。例如：柿、阿勃勒、橄欖等。



橄欖。

灌木

莖內具有木質部與少量木材，植物體一般高達5m以下的木本植物。例如：桃金娘、牡丹、朱槿等。



桃金娘。

攀緣植物

莖較為柔軟，需纏繞或利用特化的器官攀附其他物體向上生長的植物。例如：金銀花、葡萄、凌霄花等。



金銀花。

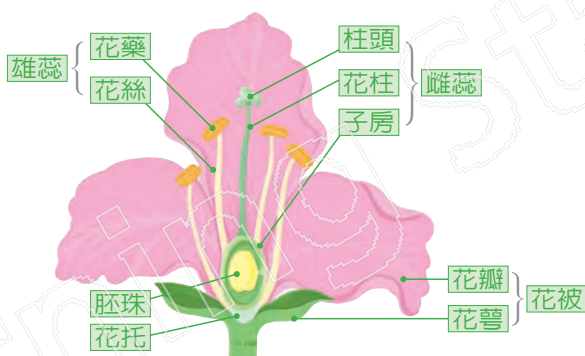


葡萄。

食用部位

花

花是種子植物的生殖器官之一，其由外而內，分別具有：花萼、花瓣、雄蕊、雌蕊等構造，著生於花梗先端的花托；具備前述四項構造者稱為「完全花」，缺少前述四項中一至多個構造者即為不完全花。其中雄蕊包括花絲和花藥兩部分；雌蕊包括子房、花柱、柱頭三部分。由於具有可以產生花粉的雄蕊，和能產生卵細胞的雌蕊，一旦花粉經由授粉過程抵達雌蕊的柱頭，便能產生種子進而繁殖，因此花為種子植物的生殖器官。



多朵花生長於枝條時形成「花序」，根據花的生長位置不同，可將花序細分為：



總狀花序

多數具花梗的花，排列在單一而無分支的花序軸。



穗狀花序

許多不具花梗的花，排列在單一而無分支的花序軸。



圓錐花序

花序軸上具有多個總狀花序分支，形似圓錐，花自基部向末端開放。



聚繖花序

由花序最末端的花最先開放，然後較基部者漸次開放。



頭狀花序

由許多無柄或近無柄的花密集簇生於單一大型的總花托上，外圍由許多總苞片包圍。



肉穗花序

許多無柄的花聚生於肉質膨大的花序軸上，有時一側具有大型苞片。



繖形花序

許多具等長花梗的花，密集聚生於花序軸頂端。



繖房花序

單一花序軸上排列許多具花梗的花，越接近基部者花梗越長，因此開花時花朵近似排列於同一平面上。

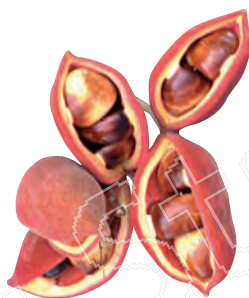
果實

果實也是種子植物的生殖器官，其由雌蕊的子房發育形成，不僅可以保護種子，若干種類的果實具有特化的構造，有益於種子傳播。果實藉由果皮包覆種子，根據包覆的位置可細分為：外果皮、中果皮和內果皮。食用果實可分為下列幾種類型：



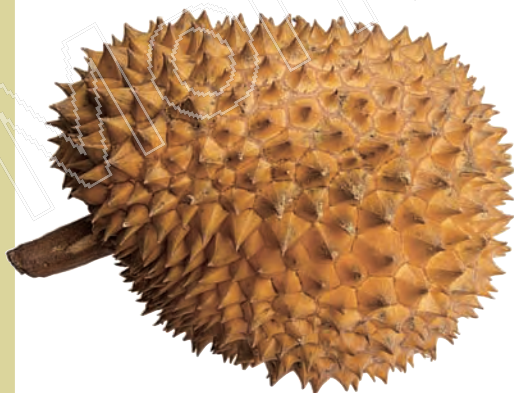
莢果

果實成熟後果皮乾燥而缺乏水分，由單枚心皮發育而成，成熟時果皮沿背腹兩條縫開裂。例如：洋紫荊。



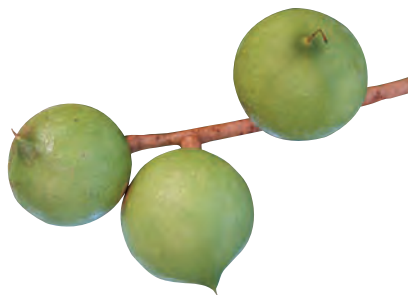
蓇葖果

果實成熟後果皮乾燥而缺乏水分，由兩枚以上心皮離生而成，成熟時果皮僅沿其中一側開裂。例如：蘋婆。



蒴果

果實成熟後果皮乾燥而缺乏水分，由兩枚以上心皮合生發育而成。例如：榴槿。



堅果

果實成熟後乾燥而缺乏水分，果皮堅硬不開裂或不沿縫線開裂，僅具單一種子。例如：澳洲胡桃。



柑果

果實成熟後果皮富含水分，外果皮與中果皮合生，常疏鬆而質軟；內果皮豐富汁液且分瓣。例如：橙橘。



漿果

外果皮薄，中果皮和內果皮肉質而柔軟。例如：石榴。



聚花果

由花序及其所有花共同發育而成。例如：桑樹。



核果

外果皮薄，中果皮肉質或纖維化，內果皮堅硬並包裹種子。例如：日本海棠。



拐棗的肉質果柄可直接食用。

其他食用部位

除了花朵或果實之外，許多植物的其他部位也可供人類食用，包括：塊根、根莖、嫩莖葉、種仁等，都是常見的食用部位。例如：蜀葵不僅花可以食用，其嫩莖葉和未成熟的種子經過烹製後也可食用。此外，部分植物具有特化的花托、果柄、假種皮等構造，也可直接或烹製後食用。

食用方法

最常見的食用方法為直接食用新鮮的果實；大部分的花朵可經乾製或其他處理後用於泡茶，或烹飪後成為餐桌上的菜餚。對於需要進行醃製、烹煮、釀製等加工步驟時，正文中均會提供相應指引。



花生的種仁可直接或烹煮後食用，也可榨取食用油用於烹飪菜餚。



寧夏枸杞的果實經過乾製後通常用於泡茶或作為菜餚的配料。

然而美味的花果背後也會潛藏危險，許多實際食用的案例和研究結果都顯示部分植物的特定部位含有對人體有害的物質，不僅威脅健康，甚至可能致命。採食時，若干物種的有毒部位必須完全去除，有些經過去毒處理後即可放心食用。

例如：凌霄花可以作為蔬菜和釀酒的原料，但其花粉卻有毒，取食時必須去掉花藥，並徹底清洗花朵。黃花菜的鮮花不宜直接食用，但經過沸水汆燙和清水長時間浸泡去毒後即可烹製食用。



黃花菜。

應用方法

除了食用外，絕大多數的食用植物也應用於觀賞和綠化環境。花色豔麗或植株美觀的植物常見於路旁庭院，或作插花的素材，成為美化環境的功臣。

「藥食同源」是傳統醫學的一個重要理念，很多可以食用的花卉、果實等，同時也是具有療病養生功效的中草藥。

現代科技的進步讓「植物利用價值開發」有了質的提升，經由提取植物中的精油或其他有用物質可以應用於食品製造和化工生產行業。



日本山茶的花苞入藥可收斂止血。



腎蕨的塊莖具有解熱、解毒之效。



益母草具有活血調經、利尿消腫的功效。



本草綱目記載，高良薑有暖胃散寒的功效。



1

大籽獼猴桃

Actinidia macrocarpa

科名 獼猴桃科 Actinidiaceae

屬名 獼猴桃屬

喜溫暖、濕潤及陽光充足的環境，耐熱、耐瘠，有一定的耐寒性。喜疏鬆、肥沃及排水良好的微酸性土壤。葉可作豬飼料。根部可作殺蟲劑。花繁茂，適合於棚架、山石等處栽培觀賞。

形態特徵

中小型落葉木質藤本或灌木狀藤本。葉片幼時膜質，成熟後近革質，卵形或橢圓形，頂端漸尖、銳尖至圓形，基部闊楔形至圓形，兩側對稱或微歪基，邊緣有斜鋸齒或圓鋸齒，老時偶近全緣。花常單生，白色，具香氣。果成熟時橘黃色，卵圓形或圓球形。



2

1.花白色。2.果呈卵圓形或圓球形。



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布

原產中國廣東、湖北、江西、浙江、江蘇、安徽等地。台灣地區引進供中草藥用。

食用部位及方法

果：成熟後可直接食用。



葉片紙質，聚繖花序

黑蕊獼猴桃

Actinidia melanandra

科名 獼猴桃科 Actinidiaceae

屬名 獼猴桃屬

別名 黑蕊羊桃

喜溫暖、濕潤及陽光充足的環境，耐熱、耐瘠，有一定的耐寒性。喜疏鬆、肥沃及排水良好的微酸性土壤。葉可作豬飼料。根部可作殺蟲農藥。習性強健，適合棚架、花架等處栽培觀賞。

形態特徵

中型落葉木質藤本。葉片紙質，橢圓形、長橢圓形或狹橢圓形，頂端銳尖至短漸尖，基部圓形或闊楔形，偶微歪基，鋸齒顯著至不顯著。聚繖花序具1~7朵花，花瓣綠白色，花萼邊緣有流蘇狀緣毛。果瓶狀卵球形。



分布

原產中國甘肅、四川、陝西、貴州、湖北、湖南、浙江、江西及廣西等地。台灣零星引進栽培。

食用部位
及方法

果：成熟後可直接食用。



獼猴桃科



1

番木瓜

Carica papaya

科名 番木瓜科 Caricaceae

屬名 番木瓜屬

別名 木瓜、番瓜、樹冬瓜

喜溫暖、陽光充足的環境，耐熱、耐瘠、不耐寒。不擇土壤，以疏鬆、肥沃的土壤為佳。果、葉、梗可入藥。多作水果栽培，也適合在公園、社區等處栽培觀賞。

形態特徵

小喬木或灌木，高8~10m。葉聚生於莖頂端，近盾形，通常5~9深裂，每裂片再為羽狀分裂。花單性或兩性，有些品種在雄株上偶爾產生兩性花或雌花，並結成果實；有時在雌株上出現少數雄花。雄花排列成長達1m的圓錐花序，花序軸下垂，花冠白色。漿果肉質，成熟時橙黃色或黃色，種子多數。



2



3

1.裂片羽狀分裂。2.初生果實。3.漿果肉質。



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布

中國華南、華東南部及西南地區有栽培。台灣南部大量栽培供食用，另各地零星栽培供玩賞用。

食用部位及方法

果實：未成熟的果實可作蔬菜食用或用於醃製；成熟的果實可直接食用。





1

人面子

Dracontomelon duperreanum

科名 漆樹科 Anacardiaceae

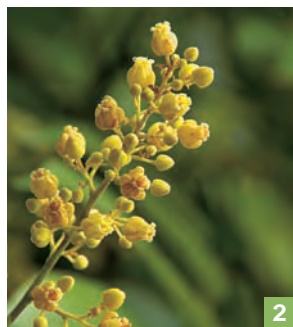
屬名 人面子屬

別名 人面樹、銀蓮果

喜溫暖及陽光充足的環境，耐熱、耐瘠、不耐寒。喜土層深厚、排水良好的微酸性土壤。樹冠形態優美，是園林綠化的優良樹種，適合在路邊、庭院等處栽培觀賞。

形態特徵

常綠大喬木。奇數羽狀複葉，小葉互生，小葉片近革質，橢圓形，先端漸尖，基部常歪斜，闊楔形至近圓形，全緣。圓錐花序頂生或腋生，花白色。核果扁球形，成熟時黃色。



2



3



4



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布 台灣引進以供藥用。

食用部位及方法

果：果肉可食用或鹽漬作菜或製果醬、乾果等。

- 1.人面子為常綠大喬木。
- 2.圓錐花序。
- 3.核果。
- 4.核果呈扁球形。



漆樹科



芒果

Mangifera indica

科名 漆樹科 Anacardiaceae

屬名 芒果屬

別名 馬蒙、望果、蜜望子

喜溫暖、多濕及陽光充足的環境，耐熱、耐瘠、耐旱。對土壤要求不高，以疏鬆、肥沃、排水良好的微酸性土壤為佳。樹冠形態姣好，適合作庭院樹種或行道樹。

形態特徵

常綠喬木。葉片紙質或薄革質，披針形或長橢圓狀披針形，先端漸尖，基部楔形，全緣，光滑。圓錐花序頂生，花白色，花瓣5，披針形或線狀披針形。核果斜長卵形，頂端伸長成向下彎曲的喙，成熟時黃色。



1.圓錐花序頂生，花白色。2.核果斜長卵形。



漆樹科



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布

原產印度次大陸；中國南部與東南亞一帶廣泛栽培。東南亞等地也有分布。台灣各地普遍栽培供作景觀樹種，並於南部與東南部大量栽植供作食用。

食用部位及方法

果：成熟後可食用，果肉也可製作罐頭或果醬等。



葉深綠色。

荷蘭芹

Petroselinum crispum

科名 繖形科 Apiaceae

屬名 歐芹屬

別名 歐芹

喜冷涼及陽光充足的環境，不耐熱、較耐寒。
喜疏鬆、肥沃、富含腐植質的土壤。果實在歐洲民間入藥，可利尿。中國多作盆栽兼觀賞。

形態特徵

二年生草本，光滑。根紡錘形，有時粗厚。莖圓柱狀，表面稍有稜槽，中部以上具分枝，分枝對生或輪生。基生葉和莖下部葉有長柄，葉片深綠色，表面光亮，2~3回羽狀分裂，末回裂片倒卵形，基部楔形，上部葉3裂，裂片披針狀線形，全緣或3裂。複繖形花序，花序分支約具20朵小花。果實卵形，灰棕色。



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

分布

原產地中海地區，歐洲栽培歷史悠久，現世界各地廣泛栽培。台灣各地零星引進栽培供食用。

食用部位及方法

嫩葉和根：可作蔬菜食用。



繖形科



1

緬梔

Plumeria rubra

科名 夾竹桃科 Apocynaceae

屬名 雞蛋花屬

別名 雞蛋花、大季花

喜 高溫、高濕及陽光充足的環境，耐旱、耐熱、不耐寒。對土壤要求不高，以肥沃、排水良好的沙質土壤為佳。花可入藥，有解毒、潤肺的功能。樹形美觀，是園林中常用的綠化材料，適合在庭院、公園、綠地等處栽培觀賞，也可盆栽。

形態特徵

落葉灌木或小喬木，株高約5m。小枝肥厚多肉，具乳汁。葉片紙質，橢圓狀倒披針或長橢圓形，多聚生於枝頂，頂端短漸尖，基部狹楔形。聚繖花序頂生，花冠先端5裂，外側乳白色，中心鮮黃色，極芳香。



2

1.緬梔為落葉灌木或小喬木。2.花中心鮮黃色。



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12



1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12

分布

原產墨西哥，現亞洲熱帶及亞熱帶廣泛栽培，在雲南等地逸為野生。台灣平地廣泛栽培為庭園景觀植物。

食用部位及方法

花：曬乾後可泡茶飲用。