



十月十六日 两名农妇在羊宅村芋头田间劳作。

儋州打造香芋品牌，传统芋头种植获新生 儋州香芋 享誉琼州

相关链接

昔日果腹物 今成“香饽饽”

儋州香芋，实际上就是我们常说的芋头、芋艿，是天南星科植物的地下球茎，因其煮熟后甘甜又有香味，吃后满嘴留香，故当地人又称之为“香芋”。

儋州香芋种植历史悠久，具体始于何时难以考据，但可以明确的是，北宋时期苏东坡谪居儋州时，当地人多吃芋头、喝白水聊以果腹。冬天，内陆运来的船到不了海南，东坡先生无米下锅，也只得靠芋头、白水维持生活。

不只是落难的东坡先生，在很长一段时间里，芋头都是儋州人赖以充饥的粮食。今年83岁的羊颜南老人，是儋州市中和镇羊宅村人。老人告诉记者，在上个世纪80年代以前，儋州当地物资极度缺乏，粮食紧缺时，各家各户都种芋头以作口粮。“芋头好种、好管，可以自己留种苗，所以我们儋州人都喜欢种芋头。”羊颜南说。

尽管笑称自己是“吃芋头长大的”，

但耄耋之年的羊颜南老人仍爱吃芋头。如今，儋州香芋市场行情看涨，一斤可卖到2块钱左右，3亩多芋头地，成了羊颜南老人家中最主要的经济来源。

当前正是芋头收获的季节，羊颜南老人也没有闲着，搬个板凳坐在芋头田附近的清溪中，帮忙洗去芋头表面的淤泥。记者注意到，年事甚高的羊颜南老人须发斑白，牙齿也所剩无几，但精神矍铄，干起活来丝毫不见疲态。同行的儋州

市农技服务中心工作人员说，这可能和老人长年食用香芋有关。

羊颜南老人的儿媳许二女介绍，老人很勤劳，身体也还硬朗。家中除了种有3亩多芋头，还种有水稻、番薯、花生等农作物，但芋头是家中最主要的收入来源。“目前芋头价格好，一斤能卖到1.8元-2元，一亩芋头除去成本还能赚到8000多元。”许二女高兴地说，芋头已成了当地人爱吃、爱种的“香饽饽”。

儋州香芋的营养价值

儋州香芋，又称芋头、芋艿，因其味甜且香，故被当地人称为“香芋”。

芋头营养丰富，含有粗蛋白、淀粉、多种维生素和较高的钙和无机盐等多种成份，具有补气养肾、健脾胃、强身健体之功效，既是制作饮食点心、佳肴的上乘原料，又是滋补身体的营养佳品。

中医认为，芋头有开胃生津、消炎镇痛、补气益肾等功效，可治胃痛、痢疾、慢性肾炎等。根据营养分析，芋头为碱性食品，能中和体内积蓄的酸性物质，调整人体的酸碱平衡，产生美容养颜、乌黑头发的作用，还可用来防治胃酸过多症。

芋头中含有多种微量元素，能增强人体的免疫功能，可作为防治癌瘤的常用药膳主食。在癌症手术或术后放疗、化疗及其康复的过程中，有较好的辅助作用。

市场行情好 香芋成规模

芋头的生长周期长达一年，每年七月份开始下种，在生长期时，茎秆粗壮高挺，青绿色的叶子宽大繁茂。到了成熟期，也就是到第二年，茎秆和叶子逐渐变小，土地里的果实则越长越大。到八九月份，芋头的叶子逐渐枯萎，茎秆高度只有20公分左右，这个时候，土地深处的酝酿终于成熟。

羊宅村位于中和镇蚂蝗岭脚下，得

益于当地肥沃的土壤和清甜山泉水，村里种出来的香芋品质好，褐皮白肉，口感又香又粉。据儋州市农技服务中心工作人员介绍，羊宅村一共40多户，几乎家家户户都种有两三亩香芋，全村香芋种植面积超过100亩，是儋州香芋种植较为集中的地区之一。

眼下正是儋州香芋的上市时节，记者来到儋州市中和镇羊宅村看到，八九名村民正忙着收香芋，一家人分工合作，

一人负责采收、搬运，其他人则负责分拣、清洗。清洗完毕的芋头，直接运到市场销售，或卖给收购商。

58岁的村民羊进南也是种植香芋的积极分子，去年香芋卖到2.3元-2.5元每斤，他的3亩地赚了3万多元。“今年香芋刚刚开始采收，到目前为止赚了8000元左右。”羊进南告诉记者，为了错峰上市，他家从去年7月份开始，分三批种了共3亩儋州香芋，目前第一批已经

成熟，主要根据收购商的订单和市场需求来采收，避免因集中上市导致价格滑落。

据儋州市农技服务中心相关负责人介绍，此前儋州种植的主要以本土品种长坡香芋为主。为树立儋州香芋品牌，提高香芋品质，今年儋州市又引进了一些新品种，扶持和引导农民试种。目前儋州市共种植香芋约2000亩，已初具规模。

打造名品牌 香“芋”满琼州

随着人们生活水平的逐渐提高和对健康生活的追求，营养价值极高的香芋被人们重新认识，它已不再是昔日穷苦人家的果腹之物，而是以一种绿色、健康食物的身份被端上餐桌，因而其价格也水涨船高。

为了树立儋州香芋品牌，促进农民增

收，今年儋州市政府围绕农业增效、农民增收和市场需求，着力打造包括儋州香芋在内的九大农业知名品牌。由政府出资引进良种，引导农民扩大种植面积，并通过报纸、电视、网络等新闻媒体进行宣传推广，力促儋州香芋成为知名农业品牌。

据介绍，经过一段时间的努力，儋州

香芋如今已有了一定的知名度，正通过各种渠道销往省内各地，进入千家万户。此外，以儋州芋头协会为主的民间组织，正在积极搭建产销对接平台，通过电视购物、121移动分销平台等渠道销售儋州香芋。

儋州芋头协会负责人李兹建介绍，

目前儋州香芋在市场上非常受欢迎，海口、三亚等地许多酒店以香芋为食材烹制的美食，其原材料就产自儋州。“目前儋州香芋的市场行情非常不错，为了确保一年四季均有供应，我们正在引导农户分批种植、错峰上市。”李兹建说。

(文/白竹 振安 张琳 图/舒晓)

香芋美食

芋头营养丰富，含有大量的淀粉、矿物质及维生素，既是蔬菜，又是粮食，可熟食、干制或制粉。芋头口感细软，黏嫩爽口，既能做菜肴又能做各种各样的零食，酥脆又可口。

香芋的食用方法很多，煮、蒸、烤、烧、炒、烩、炸均可。最常见的做法是把芋头煮熟或蒸熟后蘸糖吃；芋头烧肉或将芋头切成丁块，与玉米掺在一起煮粥。海南人常吃的芋头扣肉、芋头烧鸡、南瓜芋头煲、剁椒芋头等，就是以芋头为食材的美味佳肴。

(白竹 振安 张琳整理)



了解或购买儋州农产品请扫二维码登录中国移动分销第一平台121店海南儋州馆



羊宅村的芋头田。



10月16日，羊宅村一位农妇要去芋头田里收获芋头。



10月16日，羊宅村83岁老人羊颜南在溪水里清洗刚收获的芋头。



儋州香芋。

香芋食谱

香芋排骨

食材：猪小排、芋头、食盐、鸡精、生抽、淀粉、植物油、芝麻油、白砂糖。

做法：香芋去皮，切成末；排骨用少许的盐、生抽、一点砂糖、一点鸡粉、植物油、一匙淀粉，拌匀，腌制备用；将香芋丁加入排骨中，拌匀，再浇上一点芝麻油；蒸锅烧开水，入锅，隔水蒸15-20分钟左右即可。

椰汁香芋西米露

食材：西米、芋头、椰汁、白糖。

做法：接一锅清水，烧开，放入西米，中火一边煮一边搅拌，约15分钟至西米半透明的时候，关火焖10分钟直至完全透明，过冷水，把粘液冲洗干净备用；香芋去皮，切成块状，蒸锅蒸约20分钟至粉糯（筷子能轻松穿过），备用；把椰汁倒入锅里，加入适量的清水加以稀释，再加入适量的白糖，煮开，倒入香芋和西米搅拌均匀即可。



10月16日，羊宅村村民刚收获的芋头。