

云龙淮山以质地细腻、营养丰富而闻名遐迩。  
海南日报全媒体记者 张期望 摄

## 千年种植 故事亦多

目前,我国淮山种植主产区包括河南新乡、湖南新田、广西桂平、福建安溪、广东阳山等地。

在海南,不只云龙人种植淮山,儋州、琼海等地均有种植,儋州种植的紫玉淮山也越来越受到市场欢迎。一般淮山肉为白色,紫玉淮山相比于其他淮山,颜色非常独特。它是通过科学选种培育出来的,因肉质紫红色而得名,国内紫玉淮山最早是从台湾引种过来的,有“紫人参”之称。

我国淮山的种植历史可以追溯到春秋战国时期,当时淮山已经成为一种重要的食材,并被广泛种植和食用。早在汉代,淮山就已成为宫廷贵族喜爱的食材,甚至成为了皇家的贡品。到了唐代,淮山的种植已经非常普遍,并被广泛用于各种菜肴的制作。

淮山在不少地方被称为山药,也被叫作山芋。为何被称为“淮山”,并无确切文献考究,有人甚至认为“淮山”源自河南怀山,因为当地淮山种植历史悠久且种植的品种也非常出名。

不管源自哪里,淮山名字确实被改动过多次。南北朝时期,淮山除了“薯蕷”这个名称以外,也称山芋、土薯等。到了唐朝,因唐代宗的名字叫李豫,而“豫”与“蕷”同音,为了避讳,“薯蕷”便改名为“薯药”。到了宋代,又因为宋英宗的名字为赵曙,“曙”与“薯”同音,“薯药”便改名为“山药”。

不管其称呼怎么改变,淮山作为一种美食、一种中药材,从来没有离开过我们国人餐桌。有传说,两千多年前,两国交战,其中一国处于弱势,只得躲藏在山中。弱势国中的士兵库存粮食不足,眼看就要饿死在山中。情急之下,只好靠吃山中随处可见的一种长绿叶开白花的植物的根茎——淮山而活。士兵靠着吃这种植物不仅解决了食不饱腹的燃眉之急,且变得个个身强力壮,待到养精蓄锐后,弱国的士兵们冲出山林,把原先的强国打得措手不及。[图]



紫玉淮山制成的美食。  
海南日报全媒体记者 张琬茜 摄

## 做法多样 味美养人

云龙种植淮山的历史,要追溯到20世纪80年代。“当时,我们从坡地上挖一些野淮山回来,并用陶罐来种植。”今年61岁的云龙淮山协会会长周克文回忆,当时,淮山已经卖到了8毛钱一斤,这在当时是非常高的价钱,因此种植的人越来越多。上世纪90年代,云龙淮山价格依旧不低。当时30多岁的周克文,为了学习大面积种植淮山的技术,甚至跑到广东淮山种植户家中,免费为对方打工半个多月。

周克文说,云龙镇人种植过紫玉淮山、黑美人、铁棍淮山等近10个品种。经过多年试种后,对比种植、采挖、产值、口感质量等因素后,最终才确定种植云淮1号、云淮2号。

“淮山药皮中含有皂角素,黏液中还含有植物碱,对皮肤具有刺激性。”周克文说,我们在削皮过程中如果不戴手套,受皂角素、植物碱的刺激,容易导致手痒,但是用淡盐水或稀释的醋洗手就好了。经过几十年的长期种植,淮山已经成为当地一道美食,吃法层出不穷。最常见的吃法就是用淮山炖鸡、炖排骨、炖羊肉。

除了传统的吃法,云龙人还创作出了淮山饼、肉末蒸淮山等当地特色菜,甚至还将淮山制作成营养美味的淮山汁。

淮山不光可入菜,还可入药。很多人不理解干淮山入药后与新鲜淮山的区别。实际上,新鲜淮山中富含丰富的粘液多糖,而粘液多糖有着很好的促进免疫物质生成的作用。因此,新鲜淮山当中的粘液多糖能够发挥出提高机体免疫力的功效,所以在提高机体免疫力方面的作用比干淮山的效果要好。干淮山有着很好的健脾开胃的功效,能够通过滋补脾经和胃经,达到提高脾胃运化功能的效果。因此,对于食欲不振、消化不良的人,干淮山可缓解上述症状、增进食欲、促进消化的功效,要比新鲜淮山的效果好。

云龙人爱吃淮山,要归功于当地的淮山品质。云龙淮山淀粉含量超过30%,甚至达到40%,可以将其当成主食。其硒含量达到0.01~0.03毫克/千克,钙含量也达到了160~170毫克/千克,这也大大增益了淮山的滋补功效。

## 春种秋收 致富能手

淮山,是薯蕷科薯蕷属植物,该属品种众多,有6组600多种,广泛分布于热带及温带地区。在我国约有49种,主产西南和东南部,西北和北部较少。

已种植淮山10多年的云龙镇云蛟村村民黎刚讲述,作为薯蕷科的植物,淮山跟地瓜(红薯)一样,土壤里生长的是长条状的块茎,地上则是蔓藤。云龙种植的淮山,长的超过1米,短的也有半米长。

淮山是往下纵深生长的,所以挖淮山并不是一件容易的事情。小时候,黎刚看到村里老人去挖野淮山,带着小篮子、小铁锹,在地面上四处寻摸,他们是在找淮山的藤,慢慢找,尽量寻找枯萎的藤,因为一般枯萎的藤下淮山都比较大。找到藤以后,慢慢跟着藤往下走,一直找到藤的根部,搬开掩盖的枯叶、草、石头,对准根部开挖,最后总会收获惊喜。

虽然淮山已经实现了人工大规模种植,但是还有很多老饕对野淮山的味道念念不忘。市场上,野淮山的价格甚至卖到30多元一斤。

在海口云龙,淮山一年就可以收获一回。一亩可产四千至六千斤,每斤的地头价格一般是5元。清明前种植,10月就开始收获。“不需要特殊保护措施,淮山就可以保质8个月。”黎刚说,这种超长的自然“保质期”为淮山上市提供了充足时间。

虽然淮山自然保质期长,产量也很高,是个不折不扣的致富项目,但是淮山对土壤要求也是极为苛刻的,不管什么地方种植淮山,最多连续种植两年就得轮种其他作物,且必须轮种其他作物近10年,才能第二次种植淮山,这也为云龙淮山种植成本加了“杠杆”。种植成本不低,但熟练掌握了种植技巧的云龙人,却让淮山种植面积在逐年扩大,如今已超3000亩,成为当地超千万元的产业。

## 解码云龙淮山

# 『地下人参』琼之味

海南日报全媒体记者 张期望 实习生 陈卓瑶

云龙淮山,源自海口云龙镇,得天独厚的热带气候与富硒土壤赋予其独一无二的品质。

淮山的品种有很多,每个地方适合种植的品种也不尽相同。云龙的淮山就有其独有品种——云淮1号和云淮2号,而且还是国家地理标志登记保护的农产品,足见其品质非同一般。

淮山的藤蔓。资料图

