



魔芋块茎



魔芋结



酸辣魔芋



魔芋豆腐



林下套种魔芋

# 竹溪魔芋 传承千年 一味倾心

特约记者郭军



魔芋粉条



魔芋面



魔芋干

也许与“喜阴喜湿”生长习性有关，提及魔芋，多数人都“脸盲”“眼生”。然而，在秦巴山区腹地的竹溪县境内，男女老少皆很熟悉。

因为这里的老人，是种魔芋的“老把式”；中年人，是吃魔芋“过来的”；年轻人，则是泡在“芋乐园”（一种竹溪魔芋即食食品品牌）长大的。

在当地，魔芋被誉为繁殖力强的“懒庄稼”。每到秋冬，竹溪人就从土里挖出魔芋根茎，经过加工，制成风味独特的美食。

竹溪县有着丰富的魔芋资源，以及悠久的种植历史。据竹溪县志记载，魔芋在当地已有1300多年种植历史。千余年来，农户把魔芋种在房前屋后、沟沟坎坎，使之成为竹溪的特色品牌。

## “鬼头”“妖芋”

虽叫“芋”却不是“芋”

6月24日，记者走进竹溪县农业农村局干部夏良荣的办公室，只见办公桌上、茶几上，一盆盆魔芋盆栽长势喜人。

“我从事魔芋研究20多年，对魔芋很有感情。不仅在办公室里种，家里也有。”夏良荣说，魔芋又称蒟蒻，是天南星科魔芋属植物的统称。在竹溪有“麻芋子”“灰菜”等别名。

大量国内外资料显示：中国是最早开发利用魔芋的国家。早在2000多年前，中国人就开始栽培魔芋。

在宋代，沈括在《梦溪笔谈》中提到“芋梗治蜂蜚”；在明代《本草纲目》中，李时珍把蒟蒻称之为“鬼头”，后来的医学研究称，这个“鬼头”能逆转脂肪肝。

夏良荣谈及魔芋的历史和文化，头头是道。他指着办公桌上的一盆魔芋说：“这是花魔芋。一尺多高，独秆，撑出三片花形的叶子。”

“魔芋这个鬼头很鬼，古代也称妖芋。”夏良荣介绍，严格说魔芋不是“芋”类。虽然同是天南星科的植物，但是芋头属芋属，魔芋属魔芋属。

一个有毒，一个没毒。魔芋属植物大都富含生物碱，全株都具有一定的毒性，块茎毒性最高。生魔芋不能直接食用，如直接食用后，舌头喉咙会有灼热感，严重的会有痒痛感并肿大。芋头又称芋、芋艿，多年生块茎植物，常作一年生作物栽培。芋头的球茎煮熟即可食用，魔芋的块茎需要经过一系列的加工后方可入菜，而且食用芋头一般比较小，魔芋的块茎要比芋头的大很多。

生长习性不同。魔芋生长喜阴喜湿，多生长在林下。芋头喜高温湿润环境，不耐旱，较耐阴，并具有水生植物的特性，水田或旱地均可栽培。

功效营养不同。魔芋是有益的碱性食品，对食用动物性酸性食品过多的人，搭配吃魔芋，可以达到食品酸碱平衡。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。

魔芋地下部分为球茎，根系较长，适宜在土层深厚、质地疏松、排水透气良好、有机质丰富的轻砂壤土生长。

竹溪县位于低纬度高海拔山区，亚热带湿润季风气候，日照较少、雨量丰富、湿度较大，是魔芋栽培的适宜区。特别是这里的土壤深厚肥沃，是保证魔芋根系生长发育和块茎正常膨大的重要条件。因此，竹溪独有的气候生长出来的魔芋品质极佳。

1999年，竹溪县被授予“中国魔芋之乡”称号，2014年被中国魔芋协会评选为全国魔芋产业重点基地县。当前，该县魔芋基地规模达8.2万亩。

## 蕴藏超“魔力”

药食同源有营养

“魔芋‘药食同源’，富含膳食纤维，是非常好的健身轻食。”夏良荣笑着告诉记者，用魔芋制作的美食营养、低脂，既能满足味蕾需求，又能实现不长胖的渴望。

据介绍，魔芋中含有15种氨基酸、淀粉、蛋白质、无机成分及其他微量元素，具有治疗乳痛、疝气、养颜等功效。它还有“膳食纤维之王”的称号，每百克的魔芋中就含有74.4克膳食纤维。魔芋也被称为“肠道清洁工”，它是一种低热能、低蛋白质、低维生素、高膳食纤维的食品。其中主要的有效成分是葡甘露聚糖，属可溶性半纤维素，它能吸收水分，增加粪便体积，改善肠道菌群，刺激肠蠕动，利于排便。

竹溪县中医院名医堂医师雷兆明说，对于想减肥或便秘的人群，建议适量食用魔芋，一方面可以保护肠胃健康，预防便秘。另一方面，适量食用魔芋，还能够因其丰富的膳食纤维含量，增加肠胃的体积，进而增强饱腹感，利于减肥。

在竹溪，纯天然、纯绿色、低脂肪、低热量的魔芋是比较常见的食物，爽滑软糯的魔芋适合多种烹饪方式，可做主菜也可做配菜，深受人们的喜爱。

记者采访中了解到，在竹溪，人们比较喜欢的一道菜叫魔芋豆腐。“魔芋豆腐可以用魔芋精粉加工出来，但想吃最为地道的魔芋豆腐，最好选择在魔芋成熟的季节到竹溪农家来吃。”竹溪县文旅推荐官郭小钰说。

千百年来，爱吃会吃的竹溪人探索出各种魔芋美食，如魔芋烧鸭、酸辣辣炒

2004年，泉溪镇双桥铺村村民张晓莲瞄准家乡森林资源丰富、适宜魔芋种植的优势，放弃在广东发展的机会，与丈夫李欢回乡创业，发展林下魔芋种植。他们成立竹溪县益群魔芋专业合作社，建成30亩良种扩繁基地。

从2011年开始，她试着在自家的生漆林里套种魔芋，开展漆树林下套种魔芋仿生态高产栽培，实现经济效益长短结合。当年，漆树林里套种的魔芋喜获丰收，共产鲜芋4.1万公斤，纯收入达10多万元。之后，张晓莲又适时扩大种植规模，带动周边村民一起发展林下魔芋种植。近年来，张晓莲先后荣获“全国农村科技致富女能手”“湖北省巾帼建功标兵”“湖北省劳动模范”“中国农技协百强乡土人才”等称号。

近日，记者从中峰镇汤家坝村“魔立方”农特产品加工合作社了解到，该合作社与邓家坝雨润家庭农场、华中科技大学达成校企社三方合作协议。合作社在村内集中流转土地200余亩，培植林下魔芋良种基地，为全镇提供优质魔芋良种，发动农户开展魔芋和中药材等特色农产品种植。同时，对魔芋种植进行技术指导，保底回收，市场销售，带动周边农户增收。截至目前，该镇魔芋种植面积已达2000亩，新增魔芋专业合作社和种植大户7家。



游客挑选竹溪魔芋商品

魔芋丝、凉拌魔芋片、凉拌魔芋结、魔芋干、关东煮魔芋、魔芋烤串、魔芋爽等。

如今，随着竹溪魔芋的声名远播，竹溪县大力开发魔芋深加工产品，如魔芋精粉、微粉、纯化粉、魔芋面（粉）条、魔芋腐乳、魔芋休闲食品、魔芋酒、魔芋米等，让竹溪魔芋走出大山，走向国内外市场。

## 发展有潜力

向绿向新促振兴

在竹溪，以前都是农民在房前屋后零星种植魔芋。近年来，该县抢抓绿色低碳发展的机遇，大力发展魔芋产业，在产业增效、农民增收上做文章。

通过稳步扩大种植规模、培育龙头企业，延长产业链条，采取“企业+合作社+基地+农户”的发展模式，全力推行边角地、“魔苞、魔林”间作套种防病种植模式，鼓励引导芋农发展魔芋产业。成立魔芋产业发展领导小组办公室，为魔芋产业发展提供全生命周期服务，让山乡的小魔芋，成为山区农业发展方向向绿向新的大产业。

“玉米套种魔芋，一般是两行玉米搭配两行魔芋。”6月23日，在蒋家堰镇西桥村魔芋种植基地里，芋农银鹏向记者介绍，采取“苞魔”套种的方式，炎炎夏日里，高大的玉米能够为魔芋遮阴，有效促进魔芋生长，还能减少病虫害。如今，一亩地能够产玉米600公斤、魔芋1200公斤，亩产值近8000元，户均年增收2000多元。

位于竹溪县金铜岭工业园区的湖北李泽园食品有限公司是一家以魔芋精深加工和研发为核心的高新技术企业，已建成魔芋干片、精粉、魔芋胶、固体饮料、魔芋米、休闲食品等共计7条生产线，“芋乐园”是其休闲食品品牌之一。

去年，该公司产值逾500万元，用于研发的投入高达105万元。“长期以来，魔芋加工过程中原料利用率较低，造成了资源浪费。”该公司负责人李金莲介绍，当前该公司正主攻产品创新，自主研发魔芋胶的制备方法。未来，该公司计划投产魔芋洁肤棉、魔芋醋、魔芋胶囊、魔芋低聚糖益生菌等广泛应用于食品及医药行业的系列产品，延长产业链条。

湖北顺溪生物食品股份有限公司将厂区改造成游客集散中心，增设特色旅游产品展示厅，将魔芋腐乳、魔芋酱、魔芋面条等系列产品打造成绿色健康优质旅游美食，开辟集品鉴、游玩、参观、采购于一体的“魔旅”路线，不断突破病害瓶颈，补齐精深加工短板，稳扎稳打向现代农业产业链“掘金”。

“魔芋产业链条长、加工价值高、应用前景广。下一步，竹溪县将按照品种优质化、种植规模化、加工精深化、产业集群化的思路，高标准建设魔芋生产基地，培育行业领军型龙头企业，加快建设魔芋产业集群。”竹溪县相关负责人如是说。