

洛神葵 —— 懸掛在樹上的紅寶石



洛神葵剛長出的二片子葉
The first two tiny leaves growing



洛神葵開花了
Blooming rosella



雙黃粉蝶在吸食洛神花蜜
The butterfly (Three-spot grass yellow) is sucking nectar from rosella



洛神葵花
The flower of rosella



洛神葵結果了
Ripen fruits of rosella



懸掛在樹上的紅寶石
Giant rubies on rosella-bushes



洛神葵果實
The fruits of rosella

有一次出席某有機推廣活動，品嚐了一杯由一位經營有機農莊的朋友請我喝的艷紅色的飲料，味道像常喝到的山楂水。當我知道它美麗的真身後，心中已盤算在我們的樂田園也種一些，好讓各位童軍也能看見這來自印度的極品。之後，我向朋友要了一小撮種子，並按着種植時間表在樂田園進行培植：5月下種育苗；6月定植於田間；期間進行多次追肥及修枝護理；10月已見一朵一朵喇叭似的淡黃色花；到了11月，一串一串的紅寶石已不知不覺地懸掛在樹上了！

大家在1月11日參加樂田園5周年開放日時，品茗的茶、試食的餅及紀念包中所用的製品，都是由樂田園自行保留的洛神葵種子（即第2代）種植出來，再由人手加工製成的。



洛神葵種子
The seeds of rosella



洛神葵果實拼湊出一幅優雅的圖畫
An elegant picture pieced by fruits and seeds of rosella



美味的洛神葵製品
Delicious snacks made of rosella

洛神葵原產於印度，分布於熱帶及亞熱帶地區，是錦葵科木槿屬的一年生灌木植物。與香港市內公園常見的大紅花同出一科。在香港種植，氣候是頗為合適的，唯其植株佔用空間頗大，可長至1至2米高，故此較難容納在香港彈丸之地的家中。但它的葉、花及果都有極高的觀賞價值，若家中有陽台、花園及天台的話，不妨花點時間種一棵，享受在家中賞葉、賞花及賞果的樂趣；紅色的洛神葵花萼可用來製成花茶，新鮮的果萼可用來製果汁、果醬、蜜餞或用作釀酒等；花萼片味頗酸，據說它具有清熱、解渴、止咳、降血壓等效用。

以下介紹常見的食用方法

1. 洛神花茶

取新鮮洛神花果萼徹底沖洗並除去果實，將洗淨的花萼放置於茶壺內，以100°C大滾水沖泡約15分鐘即可飲用，然後依個人口味加入原蔗糖或蜜糖。如想味道更香、色澤更濃，可將洗淨的花萼放置於煲內，加水以細火慢煮5分鐘，熄火燜10分鐘，然後依個人口味加入原蔗糖或蜜糖。如未能即時飲用，可將洗淨的花萼放置於通風或陽光下約7-10天，待天然風乾後，儲藏於密封容器備用。



請你也來一杯吧！
Come and sip a cup of rosella tea



樂田園自家製洛神花乾品
Dried rosella pack from Scout Farm

2. 洛神葵果醬

取出新鮮的洛神花果萼徹底沖洗除去果實，將40顆花萼略為切碎，放入煲內，加入半杯清水，以中細火邊煮邊攪拌約10分鐘，至果膠釋出呈漿糊狀，撒入8-10湯匙原蔗糖，繼續攪拌至糖溶解。熄火、放涼後倒入玻璃容量（已消毒的闊口瓶），收緊瓶蓋，放入雪櫃，約14天後便可食用。

除了以上標準食用方法外，筆者在製作提子牛油曲奇時放入適量切碎的洛神葵花萼片（鮮品或乾品均可）用作調和味道，效果也不俗，其酸味發揮了消滯的功效，令油膩的牛油曲奇更為可口。



煮果醬
Preparing rosella spread



洛神葵曲奇
Rosella cookies

想一睹洛神花，可在10月及11月期間到訪樂田園，同時亦可與我們交流更多創新洛神葵的食用方法。