

# 中藥花椒 料理絕配

文·圖／藥劑部 藥師 張坤隆

**您**聽說過花椒嗎？只要會烹飪，您一定知道花椒！因為它不只是中藥，更是料理中不可或缺的香料，經常作為魯味、麻辣之用，在調理魚蝦、雞肉時，花椒也有去腥味的功效。

花椒為芸香科植物花椒（*Zanthoxylum piperitum* L.）及同屬近緣植物之乾燥果的果皮。花椒樹屬落葉灌木，高3-7公尺，莖幹通常有增大皮刺；枝灰色或褐灰色，有細小皮孔及略斜向上生長的皮刺，小枝被短柔毛。葉子為奇數羽狀複葉，卵狀長圓形，邊緣有細鋸齒。果球形，密生疣狀凸起的油點。秋季採收成熟果實，曬乾，除去種子及雜質，即成市售花椒。

花椒味辛，溫。臨床上，花椒能溫中散寒，止痛止瀉，適用於有寒之脘腹冷痛，

嘔吐泄瀉等。治療泄瀉，可根據病情，施以不同配伍之藥，如盛寒者，可配以乾薑、附子；濕盛者，可配以蒼朮、厚朴等。這就是中醫的辨症論治，每個人的病症、體質不同，所服用的藥物就不同。

## 孕婦不可多吃花椒

古書本草經疏記載：「肺胃素有火熱，或咳嗽生痰，或嘈雜醋心，嘔吐酸水，或大腸積熱下血，鹹不宜用；凡泄瀉由於火熱暴注而非積寒虛冷者忌之；陰痿腳弱，由於精血耗竭而非命門火衰虛寒所致者，不宜入下焦藥用；咳逆非風寒外邪壅塞者不宜用；水腫黃疸因於脾虛而無風濕邪氣者不宜用。」

可見花椒也需小心使用，陰虛火旺者忌服，因為花椒性熱，容易上火的朋友應該少吃。孕婦也須慎用，孕婦多吃會損傷胎氣。

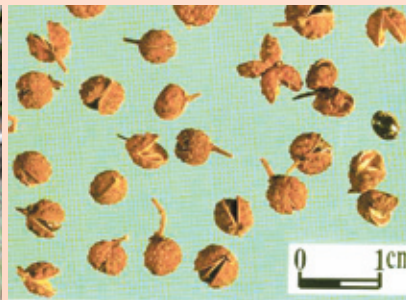
花椒之果



幼嫩小枝可見短柔毛



樹枝有褐灰色皮刺



花椒 (<http://www.sanqi.com.tw/>)

## 花椒在料理的運用

炒菜時可用花椒來燴鍋，烹飪各種肉類或魚類煲湯時，加入少許花椒是不錯的選擇。花椒可以有效消除肉類的異味，如羊肉的膻味、魚的腥味等。以下介紹兩道以花椒入味的料理：

### 紅燒鴨塊飯（3-4人份）



(行政院農業委員會)

**材料：**鴨半隻，薑4片、蔥2支、八角3粒、花椒半小匙。

**醃鴨料：**醬油2大匙、糖1大匙、水1碗、胡椒1/3小匙、酒1大匙。

**做法：**

- 1.先用1匙醬油刷在鴨皮上
- 2.炸油2碗，燒熱，將鴨皮面投入鍋中炸黃撈起。
- 3.另鍋燒油2大匙，爆香蔥段、薑片，淋下酒、醬油、糖、胡椒、八角、花椒，待水滾再將鴨放入鍋中，燒開後，改用小火慢慢燒至爛，若湯汁不足，可隨時加水。
- 4.切塊排在熱飯上再淋少許湯汁，配以泡菜供食。

### 花椒雞丁



(<http://food.tank.tw/article/廚房大師>)

**材料：**雞腿、花椒、青椒、紅椒、乾辣椒、薑片、蔥段、大蒜片。

**調味料：**醬油、香油、料酒、糖、鹽適量、雞精粉少量、油、鮮湯。

**做法：**

- 1.雞腿去骨，切成小塊；用料酒、醬油、少量鹽拌勻醃半小時；乾辣椒切段；青椒、紅椒去籽切塊。
- 2.倒油入鍋，燒至5成熱，放入雞丁，炸到金黃撈出瀝乾待用。
- 3.鍋中留底油，花椒、乾辣椒炒香；加薑片、蔥段、大蒜片炒香；接著放入炸過的雞丁同炒。倒進料酒、醬油、糖、雞精粉、鮮湯；再加青椒、紅椒炒勻；湯汁收乾後即可。

花椒為中藥，又是料理時的重要香料。下次烹飪時，可別忘了它！🌿

### 參考資料：

- 1.行政院農業委員會
- 2.<http://food.tank.tw/article/廚房大師>