



# 1-1 香草的溫度需求

什麼是  
香草植物

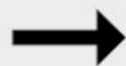
暖季vs.冷季  
香草植物

該如何開始  
種植



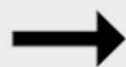
## 暖季vs.冷季香草

暖季香草

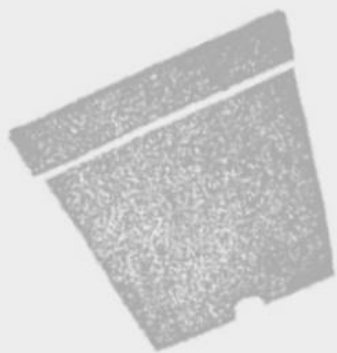


適合春天種植  
溫度範圍15~25 °C

冷季香草



適合秋天種植  
溫度範圍10~20 °C



# 香草植物生長適溫表

溫度(C)	<5	5~10	10~15	15~20	20~25	25~30	>30
暖季	Dark Blue	Dark Blue	Cyan	Light Green	Light Green	Orange	Red
冷季	Dark Blue	Cyan	Light Green	Light Green	Orange	Red	Red

## 常見暖季香草



薑、香茅、辣椒、薄荷、芸香、紫蘇、芙蓉、  
仙草、甜菊、香蜂草、九層塔、刺芫荽、  
魚腥草、芝麻葉、左手香、貓薄荷、澳洲茶樹、  
檸檬馬鞭草、芳香萬壽菊

## 常見冷季香草



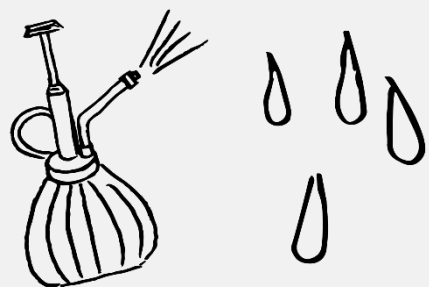
蔥、香菜、酸模、巴西里、百里香、洋甘菊、  
琉璃苣、迷迭香、馬郁蘭、小地榆、茴香菜、  
芝麻菜、山葵菜、奧勒岡、鼠尾草、薰衣草、  
金盞花、金蓮花、細葉香芹、結頭茴香、  
蕾絲芥末菜

# 隨堂小測驗 (練習)



Q1

請推測越南芫荽(叻沙葉)、潮汕金不換、披薩草分別屬於暖季或冷季香草呢？

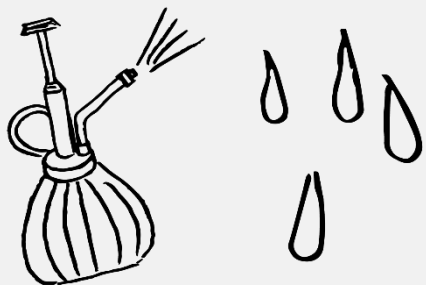


# 隨堂小測驗 (練習)



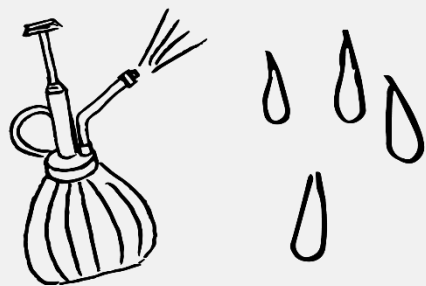
Q2

「爲什麼暑假買的薰衣草很快就掛了呢？」  
請你從「溫度」的角度向新手說明這件事？



# 隨堂小測驗 (練習)

Q3



以下是某地的各月份溫度表，  
請問哪些月份適合種植冷季香草呢？

月份	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
溫度	15	10	15	20	25	27	30	30	25	25	20	18

# Q1參考答案

---

Ans 1 :

越南芫荽(叻沙葉)：屬於暖季香草。在東南亞等熱帶地區皆有分布，味道跟香菜(芫荽)類似，常見於越南河粉或春捲等料理中。

潮汕金不換：屬於暖季香草。潮汕約為廣東省沿海地區，金不換則為當地對於九層塔的稱呼。

披薩草：屬於冷季香草，即為奧勒岡。原產於溫帶地中海地區，常被用於義大利料理，如披薩等。

## Q2參考答案

---

Ans 2 :

薰衣草屬於冷季香草，適合生長的溫度為10~20度。但因臺灣夏季炎熱，大部分時間皆高於25度，所以薰衣草很容易受到熱傷害。

## Q3參考答案

---

Ans 3 :

冷季香草的生長適溫為10~20度，此地的11月至隔年4月的溫度，剛好落於這個溫度區間，所以11月至隔年4月最適合種植冷季香草。



購買本課程學員可加入專屬Facebook社團  
（不限購買時間，憑訂單編號審核即可入  
社），社團內可與葛斯交流種植經驗、心  
得；葛斯將陸續新增個別香草植物的完整  
生長記錄，方便您與課程內容對照學習。