

甜椒



類別：蔬菜類
學名：*Capsicum annuum* L.
英名：Sweet pepper, Bell pepper
別名：彩椒、彩色甜椒
分類：茄科 (*Solanaceae*) 番椒屬 (*Capsicum*)

A 甜椒田區
B 開花：小花單生於葉腋，花瓣與花藥有5至7枚，自花授粉、常異交植物。
C 甜椒：果為漿果，果形分為細長形、鐘形、長果形及小果等。
D 甜椒剖面：甜椒在未成熟前多為綠色，成熟時轉變成黃色、紅色或紫色等，市面上以紅色與黃色彩椒居多。

主要特徵

番椒原產於中南美洲，為茄科 (*Solanaceae*) 番椒屬 (*Capsicum*) 作物，其中具辣味者稱之為辣椒 (hot pepper)，不具辣味者則稱之為甜椒 (sweet pepper)，辣椒的辛辣味來自於果實中 Capsaicin 成分的影響。甜椒果實在成熟期會依品種差異轉變成黃、橙、紅、紫等多種色澤，因為色彩豐富，又稱彩色甜椒或彩椒。

重要品種 (或分群)

彩色甜椒成熟期的果實顏色主要以黃、橙、紅、紫色系為主，各品種在不同生長階段有不同的中間色澤，如象牙白、紫黑、淡黃、金黃等顏色。

依生長階段而有不同顏色，其顏色變化大致可分為以下二種：

1. 白、紫色系

小果、未熟果為白色，成熟果多轉黃或橘色；紫色系果實未熟果呈淡紫色，成熟果會轉為深紫色或深紅色。

2. 黃、橙、紅色系

小果、未熟果常見為綠色，適採的成熟果轉為黃、橙、紅色系。



品種來源

原產地與臺灣發展演變

番椒類作物於荷蘭據臺時期引進臺灣，在臺栽培歷史悠久。甜椒係經長久遺傳基因變異、人工選種馴化改良而來，為辣椒近親。1960年後由美國引進我國栽培，早期以食用未成熟之綠色青椒為主，草青味較重，甜椒於1990年代自荷蘭引進培育上市，目前市面上經濟栽培商業品種，大都源自歐美種苗公司（尤其是荷蘭）選育，由國內貿易商或種子商引進，單價高且品質不穩定，較不具耐熱性，若依果肉顏色區分，綠色以外顏色皆歸為「彩色甜椒」。近來亞蔬-世界蔬菜中心、臺中區農業改良場、種苗改良繁殖場和中興大學共同合作研發新品種，育成多重抗病性且耐熱性佳的品系或品種，適合國內在地栽培，甜椒目前已成為新興設施栽培高經濟作物。

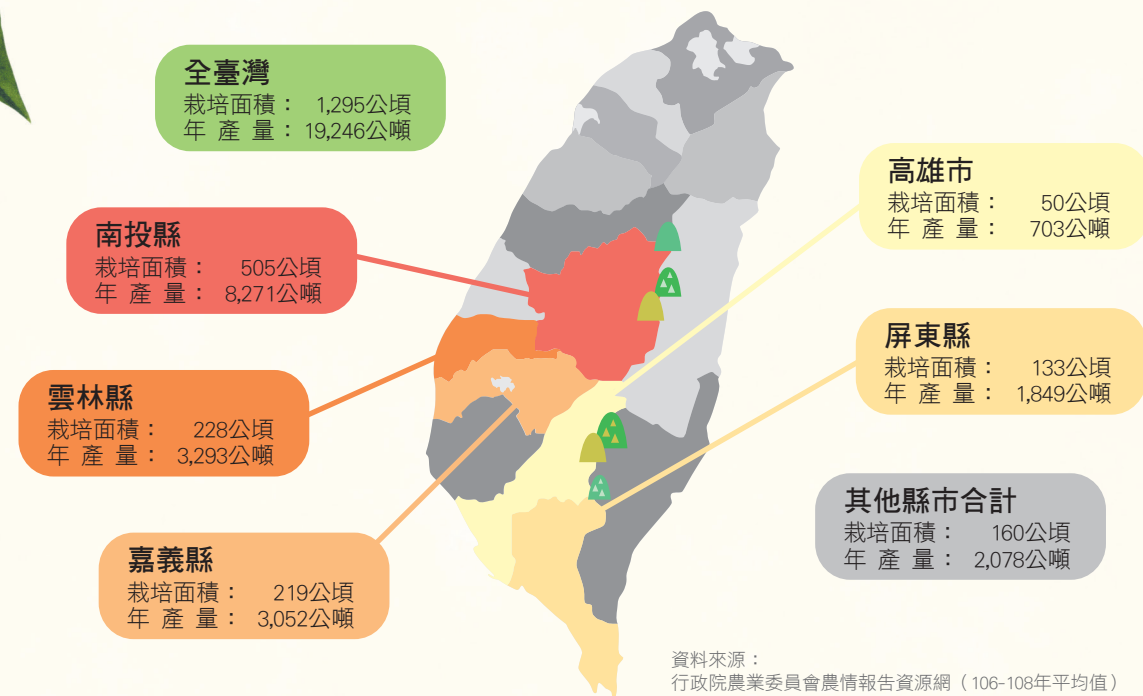
生產概況

臺灣平地產期分為春、秋兩期栽培，中南部與東部栽培較多，夏季生產則須仰賴中海拔高冷地生產供應，播種適期依各地自然天候狀況調整，栽培方式有設施栽培與露天栽培，一年四季皆供應無缺。

作物主要產期

產期在每年12月至翌年5月，以秋冬季為盛產期，從播種到採收約100-120天，可連續採收4-6個月。

產地、面積、產量圖



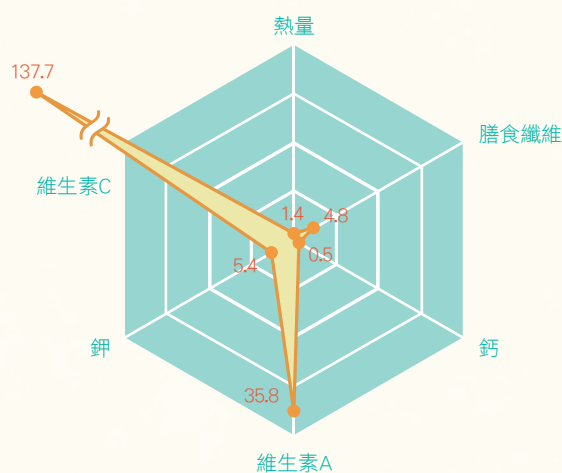
在地狀況

國內甜椒栽培地區以中南部為主，106-108年平均種植面積為1,295公頃，年平均產量為19,246公噸，最大產地為南投縣 (505公頃)，其次為雲林縣 (228公頃)、嘉義縣 (219公頃) 和屏東縣 (133公頃)。

營養成分

甜椒含有維生素A、B群、C、β-胡蘿蔔素、醣類、鈣、磷、鐵、鉀、鎂、膳食纖維等營養素，尤其維生素A和C含量最為豐富，以紅色系甜椒所含維生素C含量以最高，紫、白色系相對較低。

營養成分比較雷達圖



以臺灣青少年女性 (13-15歲) 每日攝取量標準為100，每100克甜椒中所含重要營養素的比例。(鉀採用參考值，其餘採用建議值)

資料來源：衛生福利部國民健康署

國產農漁畜產品教材-2021.12出版

編撰單位：行政院農業委員會臺中區農業改良場
撰稿者：張惠真、林煜恒 / 插畫與版面設計：健飽工作室、微光整合行銷

行政院農業委員會
COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

廣告

挑選方法

1. 外觀：果蒂短、完整未枯萎，呈新鮮綠色，果型端正完整結實，大小均勻。
2. 外皮：果面光滑具有彈性，無斑點或萎縮軟化，挑選皮薄肉厚、轉色完整、色澤鮮豔亮麗，無水傷、碰傷、腐爛、蟲害為佳。

保存方法

先擦乾外皮水氣，用白報紙、保鮮膜或有孔可透氣之塑膠袋包好，放在冰箱冷藏，新鮮甜椒約可保存7-10天左右，切開甜椒最好一次食用完畢。

生產過程

栽培時重要關鍵過程

一年生草本植物（依品種不同，熱帶地區為多年生），性喜溫暖乾燥氣候，忌忽乾忽濕環境，過濕根部易腐爛致全株枯死。以砂質土壤為佳，排水、日照需良好。

1. 育苗

種子繁殖，一般於蔬菜穴盤進行育苗後，定植於田間。

2. 定植

苗齡具6-7片本葉時移植到田間，種植株距50公分。定植後宜於畦面敷蓋稻草，以降低土壤溫度、保持水分及防止雜草。

3. 架設繩網



甜椒枝條脆弱，易因果實重量與強風影響而倒伏，可在定植後架設繩網牽引，或以支柱或方格網支撐果實。

4. 果實成長與採收

彩色甜椒果實一般大致上可分為四個時期：

● 果實生長期

果實及種籽尚未完全充分肥大，多呈綠或黃白色，果皮嫩。

● 綠熟期

果實及種籽充分生長肥大，形態發育完整，果皮逐漸變硬，果色逐漸轉深。

● 著色期

此時期果皮中葉綠素減少，番茄紅素（Lycopene）形成，依品種特性而轉成紅、黃、橙、紫等多種顏色。

● 完熟期

果皮中葉綠素完全消失，呈完全着色果。

栽培生產曆



資料來源：甜椒良好農業規範

小知識

青椒與甜椒是同一種蔬菜嗎？

兩種屬於同一種蔬菜。甜椒和青椒主要差異為園藝採收成熟度的不同，甜椒需完全轉色才進行採收，因此一般又稱作彩色甜椒；而青椒最適採收期則為綠熟期，一旦開始轉色，商品價值即會降低，目前臺灣市場上流通之甜椒及青椒品種皆不具辣味，農友在生產甜椒和青椒時

所選擇之栽培品種亦會有所不同。甜椒果實在成熟期會依品種差異轉變成黃、橙、紅、紫等多種色澤。

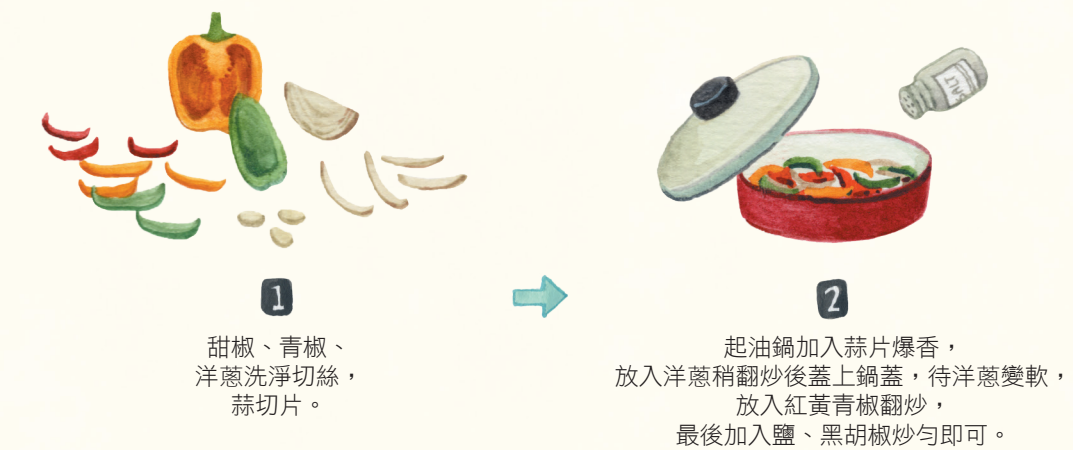
由於消費及栽培習慣的差異，在食用上又分兩大類，一為食用嫩果青果期，果實尚未轉色均呈綠色的青椒；另一為成熟期時採收，已由綠色轉成紅、黃等顏色的甜椒。甜椒比一般青椒味道較淡，果肉較厚、味甜，可供生食或熟食。

料理食譜

繽紛彩椒

4人份

材料：紅、黃甜椒各1/2顆、青椒1/2顆、洋蔥1/2顆、蒜頭2粒
調味料：鹽、黑胡椒適量



消費Q&A

Q1. 甜椒怎麼清洗？

A1. 烹調前先用清水沖、浸泡把表皮洗淨，再將椒體切半，去除蒂頭、凹陷部分及籽，置於流水下沖洗即可清洗乾淨。

Q2. 甜椒要如何識別公母？

A2. 甜椒為雌雄同株、同花的果菜類蔬菜，沒有所謂公母果實區別。底部的凸塊及甜度會依品種、栽培環境、肥培及水分管理之差異而影響，果實底部凸塊的數量與甜度無相關性。

Q3. 甜椒為什麼可以育出這麼多顏色？

A3. 甜椒之所以有這麼多顏色，主要是因為自然界中甜椒的種原，本來就有各種不同的顏色表現，再經由人為的育種選拔，才會在現今的甜椒市場創造出這麼多的變異。另外，目前沒有完熟期仍維持綠色的甜椒，因此綠色的甜椒都是尚未轉色的未熟果。

國產農漁畜產品教材-2021.12出版

編撰單位：行政院農業委員會臺中區農業改良場

撰稿者：張惠真、林煜恒 / 插畫與版面設計：健飽工作室、微光整合行銷

行政院農業委員會
COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

廣告