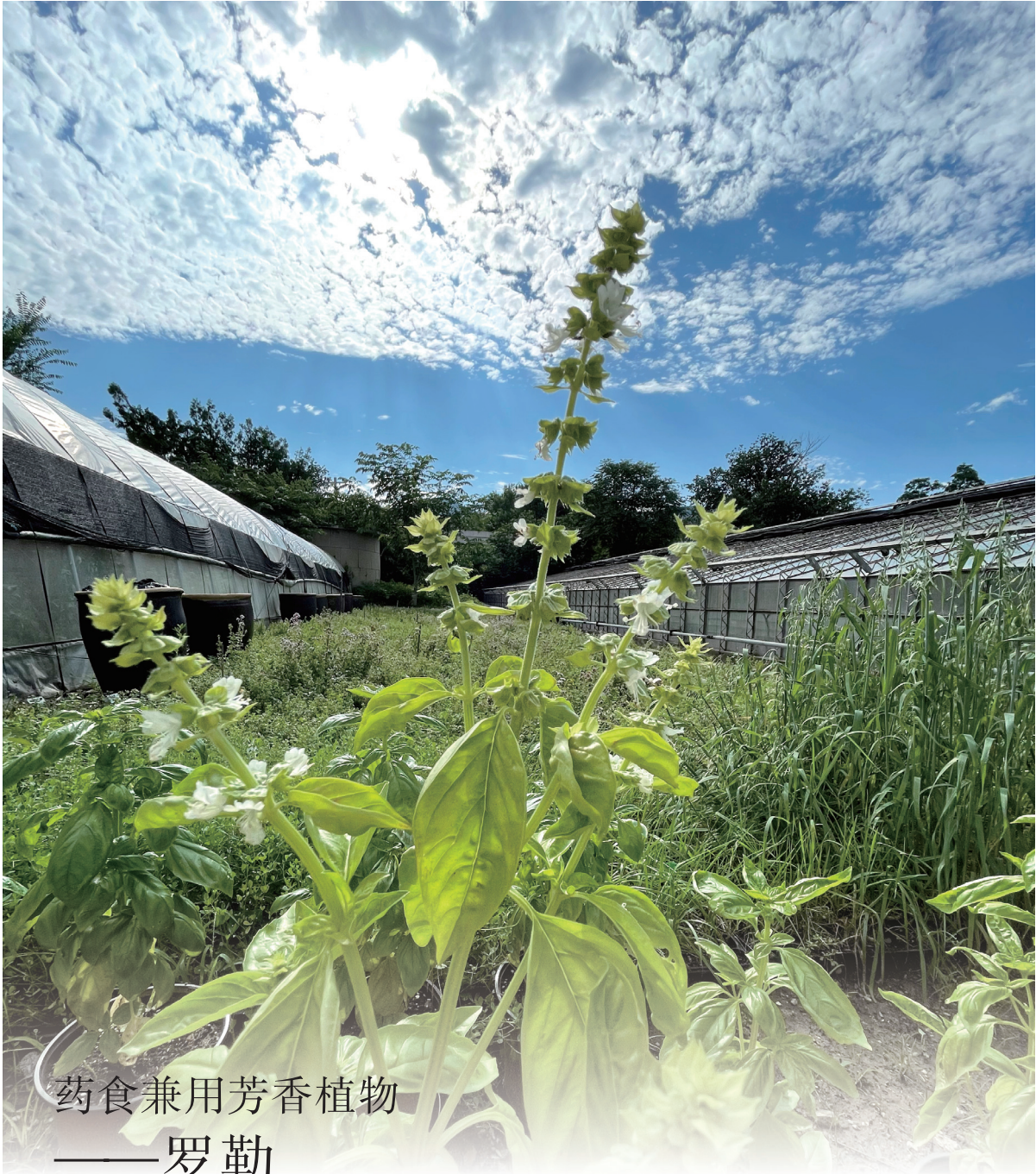


Ocimum basilicum 供图 / 李靖锐



药食兼用芳香植物 ——罗勒

撰文 夏菲 白红彤

罗勒是唇形科罗勒属 (*Ocimum*) 植物的统称, 全属有100~150种, 分布于全球的温暖地带, 其适应性强, 病虫害少。全草有强烈的香味, 早在古希腊和古罗马时代就被誉为“香草之王”, 是人类很早就使用的香料植物。罗勒全草

入药, 可用于治疗胃痛、消化不良、肠炎腹泻、外感风寒和跌打损伤等。其嫩叶可直接食用, 具有发汗解表、祛风利湿的作用。种子俗称明列子、兰香子, 富含亚麻酸等多种不饱和脂肪酸, 有排毒、清热、健脾、养胃和减肥等功效, 同时

含有丰富的纤维素,可预防中风、心脏病等心脑血管疾病。其茎、叶及花穗中均含芳香油,主要应用于日化用品和医药中。

罗勒的本草考证

罗勒原产于印度,有着5000多年的栽培历史,其中圣罗勒(*O. sanctum*) 在古印度时期被喻为掌管吉祥和财富女神的化身。圣罗勒的香气能给人们带来吉祥,人们也把它看作是献给神明的珍贵祭品。时至今日,圣罗勒在印度仍备受尊崇。

罗勒在中国同样有着悠久的栽培历史,早在西汉时期韦弘的《赋·叙》中就曾记载“罗勒者,生昆仑之丘,出西蛮之俗”,指出罗勒出自西域,这是国内对罗勒最早的史书记载。西晋时期,张华的《博物志》中记载“烧马蹄、羊角成灰,春夏湿地,生罗勒”,提到了罗勒的栽培及施肥方法。北魏时期的《齐民要术》“种兰香”篇中,记载有“三月中,候枣叶始生,乃种兰

香”,及“兰香者,罗勒也;中国为石勒讳,故改,今人因以名焉。且兰香之目,美玉罗勒之名;故即而用之”。此书提到罗勒俗称“兰香”,并详细记载了罗勒的栽培条件、采收时间及加工方法,说明罗勒在北魏时期已被广泛栽培和应用。《本草纲目》中有“石虎讳言勒,改罗勒为香菜。今俗人呼为翳子草,以其子治翳也”等字句,记载了罗勒味辛气温,能和血润燥,有消暑解毒、消食开胃的功效。自古至今,有诸多古籍中记载了罗勒的栽培、采收、应用技术,其使用历史真是源远流长。

罗勒的药用价值

罗勒作为药食兼用植物,具有悠久的药用历史,在印度、希腊、罗马等地古代草本专著里都有罗勒药用的记载。《中药大辞典》记载罗勒有疏风解表、化湿和中、行气活血、强心安神和解毒消肿等功效,可用于治疗疼痛、发烧、呕吐、支气管炎、心脏病和糖尿病等。《中国药典》



‘大叶’罗勒 供图/夏菲



上：凉拌荆芥 供图 / 孔焱（汇图网）

下：‘紫蛋白石’罗勒 供图 / 夏菲

2015版对丁香罗勒 (*O. gratissimum*) 精油的性状、含量测定方法等进行了严格要求。

此外，国内外学者对它的化学成分、药理作用等方面进行了研究，发现了一些具有生物活性的成分。中国科学院植物研究所自2017年以来收集国内外罗勒品种40余个，利用气相色谱-质谱联用仪 (GC-MS) 从罗勒挥发油中检测出了罗勒烯、 α -蒎烯、芳樟醇、柠檬醛、1,8-桉叶油素、甲基胡椒酚、石竹烯等83种化合物，不同品种间挥发油成分和含量存在明显差别。有文献指出，罗勒非挥发性成分中含有大量的黄酮及其苷类、香豆素类、生物碱类等活性成分，使罗勒具有抗氧化、抗肿瘤、抗血栓、抗炎镇痛等作用。罗勒在我国传统医学中早已得到了广泛应用，近年来独特疗效愈加受到重视。罗勒植物资源丰富、化学成分种类繁多、药理活性广泛，又具备长期的民间应用和研究基础，在食用、日用化工、医药等方面具有广阔的开发前景。

罗勒在国内的应用情况

罗勒在中国本土培育的过程中，形成了很多亚种，多数在罗勒 (*O. basilicum*) 种下。它们的植株形态、生长习性、芳香气味也随着各地的种植出现了明显差异，尤其是芳香气味差异较大。北方的罗勒气味清雅，常用于茶饮调香及食物调味；南方的罗勒气味浓烈，主要用于驱赶蚊虫及入药。

罗勒花由多层轮伞花序组成，总状花序顶生于茎、枝上，这也使花呈多层塔状，故称“九层塔”“九重塔”“千层塔”等。罗勒是粤东客家和潮汕地区常用的蔬菜，一般使用根、茎、叶入菜。因其含有多种维生素、磷及钙质，在产妇产后体质调理、改善血液循环、增强免疫力方面有良好的功效。在河南、湖北等地的餐桌上，罗勒又名“香荆芥”“荆芥”，且有柔和的柠檬香气及薄荷、姜的辛香，具有开胃消食、消暑去火之功效，是夏季餐食中不可或缺的一物。罗勒在西餐中的地位堪比葱在中餐里的地位，被称为“调味料之王”，可用作比萨饼、意粉酱、沙拉等多种西餐的调料及餐盘装饰。

目前，罗勒在我国各地均有栽培，仅有‘紫花’罗勒、‘紫红’罗勒等观赏品种进行规模化栽培，可作为观叶、观花的芳香植物，进行花坛、花境配置，或当作庭院、室内的园艺观赏植物，或配合其他芳香植物作为专类园。大多数绿叶品种被居民在房前屋后零星种植，用于日常食用。

备注

本文受到中国科学院A类战略性先导科技专项“美丽中国”项目 (XDA23080603) 的资助。

作者简介

夏菲，中国科学院植物研究所助理工程师，主要从事芳香植物资源评价及栽培试验方面的研究。

白红彤，中国科学院植物研究所高级工程师，中国野生植物保护协会芳香专业委员会秘书长，主要从事芳香植物引种驯化、育种以及产业化推广工作。

(责编 桑新华)