

编者按

“一年最辛苦，秋冬来进补。”霜降后气温持续走低，进补话题引起不少市民的关注。细心的您也许会发现，一种看似“土里土气”的进补产品，在我市持续受宠，它就是三七。

“三七到底是种什么样的植物？”“市场上卖的都是正宗文山三七吗？”读者的咨询电话越来越多。为了更好地解答读者疑问，让更多的人了解三七，本报记者近日赶赴三七原产地——云南文山，进行了实地探访，今起陆续刊发相关报道。敬请关注。

奔赴原产地，晚报记者为您探三七

一株三年方长成，一田育完“歇”十年，三七身上有太多的故事

□特派记者 李新伟 文/图

当洛城郊外已是满树红叶、秋景醉人的时候，1000多公里外的云南文山依然绿意盎然、温暖如春。近日，当记者抵达文山时，厚外套换成了薄单衣，带着读者的重托，一场寻找道地三七之旅旋即展开。



▶生长了两年的三七苗

1 沿线大棚添神秘，神奇传说入耳来

三七一直是养生中药材的大热选项，明代著名的药学家李时珍称其为“金不换”。清代药学著作《本草纲目拾遗》中记载：“人参补气第一，三七补血第一，味同而功亦等，故称人参三七，为中药中之最珍贵者。”

文山盛产三七，是三七的原产地，历来有“三七之乡”的美誉。文山常年平均气温在20℃左右，海拔1000米到2000米，从自然条件上可满足三七对于光照、湿度、温度、土壤酸碱度等一系列极为苛刻的条件。

我们要探访的第一站，是这里的马塘镇。

乘坐客车途中，沿线两边的山坡上不时会闪过一些黑色的大棚，面积大小不一，分布也不均匀，这些棚子是干啥用的？一名当地乘客告诉我们，棚子下面种的正是三七！

三七为何种在棚子里？这些棚

子为何东一块、西一块分布？为什么不连片种呢？一个个疑问萦绕在我们心头。

疑问归疑问，美丽的传说不容错过。一位当地居民告诉我们，有关三七名字由来的传说有很多，基本都跟三七治病的功效有关。其中一个传说是一位仙子来到人间教人们种地，有一天，眼看一只黑熊就要袭击到她，一位名叫卡相的苗族青年一箭射死了黑熊。卡相家里很穷，母亲患病多年。仙子为报救命之恩，便提示卡相找到一种草药，不仅治好了他母亲的病，还救治了许多乡亲。当地百姓道谢时询问这是什么药，仙子说：“大家拿一株数数看，枝有几枝，叶有几片？”大家一数，枝有三枝，叶有七片。从此，这种药材以“三七”的名称流传开来。

2 一块地上育一茬，十年莫想再种它

下午，我们赶到马塘镇，走过一段曲折的山坡路，一排种植三七的棚子出现在眼前。走近一看，棚子的上方是黑色网状织物，可透光、透气，棚子下方松软的红土地上，一畦畦整齐生长的三七苗有20厘米左右高。“这些苗已经长了两年，明年就可以收三七了。”周建红说。

今年50岁的周建红是当地三七种植大户，现在是她最忙碌的时候，既要和家人一起晾晒、分拣、销售已经收获的三七，又要抽出一些时间照看地里正在生长的三七苗。在她的讲解下，我们的疑问终于有了答案，原来，成功收获一茬三七，真的是件很不容易的事。

先说为什么要搭棚。三七生长既怕冷又怕热，太低或太高的气温都不适于它的生长，它更顶不住太阳的暴晒，这时候棚子的作用就发挥出来了。

再说三七的生长过程。三七苗生长1年后，需要移栽到其他田地，再生长两年左右才能收获三七。算下来一棵三七的生长周期是3年。

最后一条可能更令您吃惊，三七对土壤的要求太高了：一块地如果当年采挖了三七，起码今后10年内这里都不能再种植三七，只能改种玉米等其他庄稼。这也是为什么许多三七大棚没有连成片的原因——周围的田地已经种过三七了。



晾晒收获的三七，并根据大小和质量进行分类

3 一根一须皆有用，三七全身都是宝

在周建红家院子的空地上，晾晒着收获的三七，主根、支根及更细小的须根都被整理好分开摆放，空地上几乎看不到散落的须根。“三七全身都是宝，没有一样是可以丢弃的。”周建红说。

因为三七生长周期长、种植难度大，当地的种植户倾注了大量的心血在上面，对这些“宝贝”有着很深

的感情。每次把三七晾晒好后，人们开始用小称一点点来称三七的头数。所谓三七头数，指的是每500克中包含几个同等重量的三七。通常个头越大的三七皂苷(gān)含量越高，养生价值高，也能卖个好价钱。有的种植户如果收成不错，还会邀请亲戚朋友喝上一杯，共享丰收之乐。

相关链接

为什么三七会有不同颜色？

三七表皮颜色各有不同，大致可分为红色、黑色、黄色、灰色4种。这与种

植三七的土壤颜色有关，不同颜色的土壤种出来的三七表皮颜色会不一样。

如果您想了解有关三七的更多资讯，可拨打电话13783106036联系我们。