



一蓬苦草 滋养一方人

从前，苦草是崇明老百姓的滋补佳品；
如今这蓬草变身致富的“金草”，依旧润泽
着这方土地。

忆往昔

有花当有草，在崇明田间地头，常见一种野生植物——苦草。细枝，细叶，细花，看一蓬苦草，如看一团浓绿，缠绵悱恻，絮絮叨叨。

崇明文史研究者发现，早在清朝康熙年间的《崇明县志》“物产”部分中，就有对崇明苦草的明确记载。

苦草单生，高100—200cm，有纵棱，幼时绿色，成熟后变褐色或红褐色，多分枝；茎、枝、叶两面及总苞片背面无毛，或者初时背面微有极稀疏短

柔毛，后脱落无毛。花果期为8—11月。

在上海科学技术出版社1959年版的《上海的野生植物》，以及1970年版的《上海常用中草药》和《赤脚医生手册》等书中，苦草也被称作为“秋蒿”“盐蒿”，称它是菊科艾属植物，现在人们也称其为“黄花蒿”。

在崇明老百姓的眼中，苦草被视作乡间的至宝。

旧时，民间在炎夏的日子里，以苦草的青枝嫩叶泡茶，作为消暑解渴之物。在寻常的日子里，以它开花结籽后的老枝煮茶，作为产妇用来排恶露之用。苦草煮鸡蛋更是当地产妇坐月子的滋补佳品。

初夏生长旺盛时，也有农家采其嫩叶，作为野菜食用，微凉微香，清新可口。

现在，民众仍旧喝着苦草茶，吃着苦草蛋。这些风俗习惯，已经远远超越了苦草本身的药物价值，更多的是带给崇明当地百姓生活的愉悦感，或者说是一种文化的传承、文化的记忆。忆苦思甜，一棵苦草，带给当代的是一种感悟，一种情怀。

但随着城市化进程的加快，苦草渐渐淡出人们的视野，有些老一辈的宅前屋后还会种点苦草，但也是“天生天养”，面积越来越小。

不过，在乡间的僻静处，偶尔还可以见到一枝或几枝苦草，虽然看起来觉得它们有点形单影只，但因为没人收割它的茎秆，其花朵开得蓬蓬勃勃，一派兴旺。



苦草植株

见如今

从上海市区驱车100多公里，穿过崇明区一条条标志性的林荫道路，伴随着苦草的清香，便能抵达三星镇新安村的苦草产业园。长途跋涉的人们可以泡上一杯苦草茶，黄绿色的茶汤升腾起一股清香，入口微苦，喝一口神清气爽。当地流传着这样一句谚语：“苦草茶汤呷一碗，再累也会力气添。”

如今，这棵野草已经成了三星镇新安村的主导产业，被开发成了茶叶、护肤品等产品，村民家家户户种植苦草，昔日野草变成了群众致富的“金草”。

新安村流转数千亩土地专门种植苦草，一批村干部带头种植，并挨家挨户摸底交心。上海玉海棠生态农业科技有限公司采取“订单农业”生产方式，与农户签订包收协议，农民负责种植、收割、晾晒，公司负责育种创新、仓储物流、生产销售，联合打造家门口产业，由此苦草产业驶入

“快车道”，农民也重拾苦草种植的热情。

2020年，玉海棠公司通过与上海中医药大学、中国科学院上海药物研究所等专业机构合作成立苦草研究所，开展科技攻关，推进苦草成分溯源，研究证实其化学成分、药理作用和作用机制；建立中试车间，陆续推出苦草茶、苦草蛋、苦草鸭、苦草驱蚊水、苦草精油、苦草纯露等多元化产品。产业链条不断延长，一条条提高产品附加值的新路让苦草产业的发展越走越宽广。

如今，苦草还带火了当地的乡村旅游经济，衍生出苦草文化节等各种特色活动，吸引了许多市民前来观摩体验。不仅如此，苦草种植基地内常有学生前来劳动实践，在农户的指导下，挑选苦草嫩尖，在传统的土灶大锅上炒制。土灶火烧得正旺时，戴上手套不停翻炒，香味伴随热气散发出来，学生们也在亲身体会中了解了这株草的内涵。

（图文综合自上海崇明、崇明三农、崇明三星等相关报道）



苦草茶

版式设计：景薇伊