



餐桌上的中药

百合

陈东银 孟英武 编著



百合有“清润之王”的美誉，入药能养心润肺、宁心安神、防癌抗癌、美容养颜，加工成菜味道鲜美，营养丰富，是不可多得的药食两用保健佳品，自古以来受到人们的高度重视。



金盾出版社

餐桌上的中药

百合

陈东银 孟英武 编著



金盾出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

餐桌上的中药——百合 / 陈东银, 孟英武编著. —北京: 金盾出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5082-9650-0

I . ①餐… II . ①陈… ②孟… III . ①百合—食物疗法 IV . ① R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 191591 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号 (地铁万寿路站往南)

邮政编码: 100036 电话: 68214039 83219215

传真: 68276683 网址: www.jdcbs.cn

封面印刷: 北京鑫海达印刷有限公司

正文印刷: 北京鑫海达印刷有限公司

装订: 北京鑫海达印刷有限公司

各地新华书店经销

开本: 720 × 1000 1/16 印张: 12

2015年1月第1版第1次印刷

定价: 22.00元

(凡购买金盾出版社的图书, 如有缺页、
倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)



前言

百合被人们称为“清润之王”，是日常生活中常见的天然药材，同时也可以作为美味的食材，自古以来就受到人们的高度重视。百合的名称出自于《神农本草经》，为百合科植物卷丹、百合或细叶百合的干燥肉质鳞叶，全国各地均产，以湖南、浙江居多。百合花花姿雅致，叶片青翠娟秀，茎干婷婷玉立，是名贵的切花新秀。新鲜的百合花极具观赏价值，而采用百合的鳞茎制成的中药材百合，既能鲜用又能干用，具有极好的养生保健作用。

百合作为药材，其味甘，性微寒，归肺、心经，能起到养心润肺、宁心安神、养阴清热、防癌抗癌、美容养颜的作用，适用于燥热咳嗽、阴虚久咳、劳嗽痰血、虚烦惊悸、失眠多梦、精神恍惚等。《神农本草经》中有记载：“百合味甘，平，主治邪气腹胀，心痛，利大、小便，补中益气。”唐代《药性论》载：“主百邪鬼魅，涕泣不止，除心下急、满、痛，治脚气，热咳逆。”《本草》一书中也讲道：“百合主治邪气腹胀心痛，利大小便，补中益气，除浮肿臃胀，痞满寒热，遍身疼痛，及乳难喉痹，止涕泪。”而古书《日华子本草》中也有记载：“安心，定胆，益志，养五藏，治癫邪，啼泣，狂叫，惊悸，杀蛊毒气，肋痛乳痈发背及诸疮肿，并治产后血狂运。”可见百合的功效之多。

百合作为一种美味的食材，含有丰富的营养成分，不仅能起到养心润肺、养阴清热、美容养颜等保健作用，还可以用于轻症疾病、慢性疾病和癌症的食疗，经常被应用到日常饮食之中。药食同源，随着人们对自身健康的逐渐重视，食物疗法越来越受到人们的欢迎。食物疗法既有较高营养价值，又可防病治病、强身健体。而中医学认为，“食疗病人服之，不但疗病，并可充饥，不但充饥，更可适口，用之对症，病自渐愈，即不对症，亦无他患”。百合可与多种食材、药材搭配起来，制成汤、粥、茶、甜品等多种百合佳肴，不仅味道鲜美，而且具有极高的营养价值，对人们的饮食调养起着很好的作用。

本书共分为三章，第一章全面介绍了百合的基础常识，包括百合的分类，百合的炮制、加工、使用、选购及贮藏，百合的成分与功效分析，百合的常见

配伍及对症疗效，百合的食用原则与禁忌等内容等，通过方方面面的内容，让大家全面认识温润之王——百合。第二章主要介绍了百合的养生佳肴，共分为五个部分，其中包括滋补汤煲、养生粥品、营养小菜、健康茶饮及美味甜品。每一道养生佳肴都详细介绍了制作的材料及做法，营养功效和重点提示。让读者在学习如何烹饪百合的同时，也对百合有更进一步的认识，从中学习更多关于百合养生的知识，达到促进身体健康的目的。第三章介绍的是运用百合调养病症的食疗方，包括贫血、便秘、失眠、心律失常、胃病、肝硬化、痛风、慢性支气管炎、肺结核、甲状腺功能亢进、癌症、皮肤病及男科疾病、妇科病、儿科病，并对这些疾病的致病原因、病症表现进行了简明扼要的阐述，可以让广大读者通过阅读本书，掌握百合的使用方法，在平日里也能灵活运用百合调理身体，达到防病强身、康复养生的目的。

编者衷心希望本书能为广大读者提供一定的帮助，同时，本书在编撰的过程中难免出现纰漏，欢迎广大读者提出宝贵意见。





目录

第一章 认识百合



百合的生物学特性

百合药材的特征	2
百合植株的形态特征	2

百合的分类

百合与百合花的区别联系	4
食用百合的品种分类	4
百合花的品种分类	6

百合的炮制、加工、使用、选购及贮藏

百合的炮制	8
百合的加工方法有哪些	8
百合的加工产品有哪些	10
百合的使用方法有哪些	11
如何选购优质鲜百合	14
百合作为药材如何鉴别	14
如何贮藏百合	15

百合的成分与功效分析

百合的营养成分	16
百合的营养功效	17

百合的常见配伍及其功效

与荠菜配伍同食	19
与海带配伍同食	19
与苋菜配伍同食	19
与莲藕配伍同食	20
与山药配伍同食	20
与瘦肉配伍同食	20

与猪肺配伍同食	20
与兔肉配伍同食	21
与银耳配伍同食	21
与核桃配伍同食	21
与甲鱼配伍同食	21
与雪梨配伍同食	22
与山楂配伍同食	22
与花生配伍同食	22
与枇杷配伍同食	22
与桑葚配伍同食	23
与牛奶配伍同食	23
与芡实配伍同食	23
与桂圆配伍同食	23
与莲子配伍同食	24
与白果配伍同食	24
与绿豆配伍同食	24
与黑芝麻配伍同食	24
与薏米配伍同食	25
与蜂蜜配伍同食	25
与麦冬配伍同食	25
与芦根配伍同食	25
与知母配伍同食	26
与肉苁蓉配伍同食	26
与决明子配伍同食	26
与五味子配伍同食	26

与沙苑子配伍同食	27
与红花配伍同食	27
与菊花配伍同食	27
与金银花配伍同食	27
与生地黄配伍同食	28
与荷叶配伍同食	28
与沙参配伍同食	28

与枸杞子配伍同食	28
----------------	----

百合的食用原则与禁忌

百合的性味归经	29
百合的用法用量	29
哪些人适宜食用百合	29
哪些人不宜食用百合	30
什么食物不宜与百合同食	30

第二章 养生百合佳肴



滋补汤煲

马蹄百合汤	32
南瓜百合莲藕汤	33
莲子百合汤	34
鲍汁南瓜焖百合	34
百合老南瓜汤	35
南瓜芦荟炖百合	35
百合红枣排骨汤	36
百合猪蹄汤	36
百合红枣瘦肉羹	37
银耳百合煲鹌鹑蛋	37
鹌鹑百合桂圆肉煲	38
蘑菇扇贝百合煲	38
腐竹百合羹	39
百合豆沙羹	39
鸡块百合红枣汤	40
百合乌鸡枸杞子煲	40
百合猪腱炖红枣	41
椰子杏仁百合鸡汤	41
三菇百合汤	42
百合桂圆肉汤	42
百合桂圆蜜汤	43
莲子百合干贝煲瘦肉	43
百合乌鸡汤	44
百合冬瓜鸡蛋汤	44

百合芦笋汤	45
柚子百合汤	45
百合丝瓜汤	45
冬菇黑木耳百合汤	46
水鸭百合健脑汤	46
百合田螺汤	46
百合陈皮生鱼汤	47
白鳝百合汤	47
百合蜜枣猪肺汤	47
灵芝百合瘦肉汤	48
百合清凉补汤	48
百合白果乌鸡汤	48
二豆百合猪肉汤	49
莲子百合米酒汤	49
百合杞叶墨鱼汤	49

养生粥品

百合马蹄小米粥	50
桂圆百合粥	51
百合玉米蜂蜜粥	51
绿豆莲子百合粥	52
百合板栗糯米粥	52
南瓜百合杂粮粥	53
百合南瓜大米粥	53
白萝卜百合咸粥	54
百合葡萄干粥	54

百合雪梨粥.....	55	银杏百合.....	72
百合绿豆菊花粥.....	55	黄瓜木耳炒百合.....	72
百合粳米粥.....	56	百合枸杞子蒸南瓜.....	73
核桃百合芝麻粥.....	56	南瓜蒸百合.....	73
山楂红枣百合粥.....	57	蜜枣百合扣南瓜.....	73
三宝粥.....	57	鲜果蒸百合.....	74
五豆百合粥.....	57	炒百合南瓜.....	74
萝卜百合淮山药粥.....	58	青椒百合南瓜.....	74
土豆百合大豆粥.....	58	百合西芹拌豆腐.....	75
苋菜百合粥.....	58	百合炒南瓜.....	75
莲子百合番薯粥.....	59	百合炒鸡蛋.....	75
百合核桃虾仁粥.....	59	吞拿鱼酱西芹百合.....	76
百合荷叶粥.....	59	返沙马蹄百合.....	76
营养小菜		西芹百合炒雪梨.....	76
腰果百合炒鱼丁.....	60	木瓜百合炒虾球.....	77
丝瓜百合炒紫甘蓝.....	61	四季豆炒百合.....	77
百合鸡肉炒荔枝.....	62	芦笋玉米百合.....	77
木耳炒百合.....	63	百合炒鸡丝.....	78
芦笋百合北极贝.....	63	彩椒木耳炒百合.....	78
牛肉炒百合.....	64	百合扒油菜.....	78
芥兰烧百合.....	64	银杏百合拌芦笋.....	79
西芹炒百合.....	65	百合拌荷兰豆.....	79
南瓜炒百合.....	65	百合红豆.....	79
韭黄百合炒蚌肉.....	66	百合腰豆炒芥蓝.....	80
马蹄百合滑笋片.....	66	糖醋百合肉丝.....	80
莴笋炒百合.....	67	鸡丝炒百合金针.....	80
菠萝百合炒苦瓜.....	67	百合西芹木耳炒鱼滑.....	81
芦荟百合松仁鸡丁.....	68	西芹虾干鲜百合.....	81
百合西葫芦.....	68	百合炒大虾.....	81
青椒拌百合.....	69	黄瓜虾仁炒百合.....	82
芦笋炒百合.....	69	青豆百合虾仁.....	82
百合拌圣女果.....	70	百合扇贝王.....	82
南瓜百合炒腰豆.....	70	西芹百合炒墨鱼粒.....	83
西兰花百合.....	71	夏果百合香螺片.....	83
百合炒北极贝.....	71	苦瓜百合螺片.....	83
木瓜百合.....	72		

健康茶饮

桃花百合柠檬茶	84
百合枸杞子养心茶	85
百合莲藕茶	85
百合红枣茶	86
金银花百合茶	86
百合甘草二花饮	87
百合枸菊杏红饮	87
百合枣仁茶	87
山楂百合饮	88
百合沙参蜜饮	88
小麦百合生地黄饮	88
百合茯苓红枣茶	89
百合芡实黑枣茶	89
百合葡萄干茶	89
百合丝瓜花茶	90

三子益寿饮	90
山楂百合沙参饮	90
百合生地黄桔梗茶	91
百合麦冬雪梨饮	91
百合消胀开胃茶	91

美味甜品

鲜百合甜玉米粒糖水	92
百合杨梅西米露	93
百合葡萄糖水	94
百合南瓜露	94
百合炖雪梨	95
蜜汁百合南瓜	95
甜橙百合羹	96
百合桂花糖羹	96
百合鲜奶露	96

第三章 妙用百合调理身体



贫血

雪梨银耳百合汤	98
枸杞子木耳炒百合	99
干炒百合腰豆	99
红枣百合莲子羹	100
荔枝百合虾仁	101
红枣百合当归甜粥	102
桂圆百合糯米粥	102
百合芝麻粥	102
参芪百合豆粥	103
百合杂粮粥	103
虫草百合猪肝汤	103
二冬百合甲鱼汤	104
百合红豆鸡蛋汤	104
百合当归汤	104
百合黑豆煲猪骨	105
枣仁煮百合	105

百合红枣煮鸡蛋	105
---------------	-----

便秘

百合枸杞子南瓜	106
百合虾米炒蚕豆	107
百合龙骨煲冬瓜	108
山药白果炒百合	108
菊花百合	109
马蹄百合生鱼汤	109
芡实百合雪耳粥	110
山楂陈皮百合粥	110
百合鸡内金粥	110
百合黄肉糯米粥	111
百合冬瓜蛋清汤	111
百合厚朴膏	111

失眠

百合洋参茶	112
百合玄参茶	113

灯心草百合炒芦笋	113
鲜虾银杏炒百合	114
葡萄干百合小米粥	115
百合川芎鸡肉汤	116
一百三白汤	116
玉合苹果汤	116
花生百合芡实粥	117
栗子百合红薯粥	117
百合松子粥	117
百合菟丝粥	118
百合生地黄饮	118
麦冬百合滋阴茶	118
百合桑菊决明饮	119
百合合欢花饮	119
百合蒸武昌鱼	119

心律失常

雀巢百合	120
鲫鱼百合糯米粥	121
百合葛根粳米粥	122
鲜百合鸡心汤	122
百合玉竹瘦肉汤	123
百合绿豆炖鸽汤	123
百合龙须菜猪肉汤	124
百合三味汤	124
百合宁神汤	124
百合养神汤	125
百合海带粥	125
决明百合菊花粥	125

胃病

秘制南瓜百合	126
红枣百合扣南瓜	127
百合山药粥	127
紫薯百合银耳羹	128
百合川楝乌药汤	129
良姜百合汤	129
芝麻百合干泥	129

肝硬化

淮山药百合炒鲈鱼	130
海龙百合甲鱼煲	131
南瓜百合炒木耳	131
雪莲果百合银耳糖水	132
百合生地猪尾汤	133
百合五味子粥	133
百合车前子粥	133

痛风

百合参汤	134
百合红豆排骨粥	135
麦片百合粥	136
知母百合汤	136
绿豆百合荷叶汤	136
百合糖浆	137
西芹百合	137
百合笋片熘白菜	137

慢性支气管炎

百合莲藕炖梨	138
枇杷叶百合茶	139
芦笋百合爆螺片	139
百合乌鸡粥	140
百合莱菔子粥	141
百合淮山药双参粥	141
赤小豆百合杏仁粥	141
柿饼百合汤	142
生地黄麦冬百合汤	142
灵芝沙参百合饮	142
双百合萎茅根饮	143
西洋参百合羹	143
百合枇杷藕羹	143

肺结核

百合无花果鲮鱼汤	144
麦冬百合粥	145
银杏百合炒南瓜	145
莲子百合老鸭汤	146

蛤蚧百合玉竹汤	147
百合知母竹参茶	147
芦根百合饮	147

甲状腺功能亢进

百合兰豆炒牛肉	148
云耳百合炒雪螺	149
百合圣女果	149
百合枸杞子煲蛭子	150
五味粥	151
芡实百合猪肉汤	151
百合地黄鳖甲汤	151

癌症

桂圆百合炖鹌鹑	152
芦根百合粳米粥	153
百合桂圆薏米粥	153
灵芝莲子百合粥	154
枸杞子百合蒸鸡	155
冬虫夏草炖老鸭	156
百合藕片粥	156
百合肚肺方	156
河车瓜蒌百合汤	157
白果百合冬瓜子汤	157
百合双参汤	157

皮肤病

莲子百合麦冬汤	158
莲子红枣蒸百合	159
山药银杏炒百合	159
冰糖芦荟百合	160
桑葚红枣百合粥	161
石膏玉竹百合粥	161
桑葚百合橄榄饮	161

男科疾病

乌龟百合枣汤	162
桂圆百合芡实糖水	163
桂圆百合炖鹌鹑	164

玉竹百合牛蛙汤	164
西芹百合炒海螺片	165
党参百合冰糖粥	165
甲鱼百合汤	166
百合苡蓉鹌鹑汤	166
沙苑子百合汤	166
百合莼肉大米粥	167
百合核桃羹	167
百合枸杞子炖鸽	167

妇科疾病

养阴百合茶	168
南瓜薏米百合糖水	169
养颜百合蒸山药	170
百合生地黄粥	171
莲子百合糯米粥	171
沙参百合甜枣汤	172
百合炒龙豆	172
天冬百合桔梗粥	173
百合阿胶粥	173
百合浮小麦粥	173
梔子百合粥	174
菖郁百合汤	174
龟肉生地黄百合汤	174
百合党参藕茶	175
百合石斛羹	175
百合仙茅炖乌鸡	175

儿科疾病

百合绿豆凉薯汤	176
海底椰百合糖水	177
百合银杏鸽子煲	178
红枣百合核桃粥	178
百合罗汉果汤	179
荷莲百合五味汤	179
百合芡实汤	179

第一章

认识百合



百合是日常生活中常见的天然药材，同时也可以作为美味的食材。百合被人们称为“清润之王”，具有养阴润肺、清心安神的功效。

本章全面介绍了百合的相关常识，不仅介绍了百合的分类，百合的炮制、加工、使用、选购与贮藏，百合的成分与功效分析，百合的食用原则与禁忌等内容，还介绍了百合的生物学特性等内容。



百合的生物学特性

下面将为大家介绍百合药材的特征及百合植株的形态特征。百合是由几部分结构组成的，而主要的药用部分在哪里？通过认识百合的生长过程，我们可以对百合建立更直观的认识，更有利于运用百合以达到疗效。

● 百合药材的特征 -----○

百合是较常见的药材。入药部分为百合的肉质鳞茎。市面上较为常见的百合药材一般呈长椭圆形，长2~5厘米，宽1~2厘米，中部厚1.3~4毫米。

百合药材的表面通常是白色，有的会呈现出淡棕黄色或微带浅紫色，有数条纵直平行的白色维管束。

百合药材的顶端稍尖，基部比较宽，边缘薄，微波状，略向内弯曲。

百合的质地硬而脆，摸起来不平滑，但其断面比较平坦。

通常来说，百合花闻起来一般没有臭味，还带着一点香气，但是百合尝起来的味道却带着一点苦。



● 正宗的百合药材闻起来并没有臭味，在购买时不选择那些闻起来有异味或是臭味的百合药材。

● 百合植株的形态特征 -----○

(1) 花

百合的花着生于茎秆顶端，呈总状花序，簇生或单生。

百合的花冠一般比较大，花筒也比较长，呈现漏斗型或喇叭状，六裂无萼片，因茎秆纤细，花朵大，开放时常会下垂或平伸。

百合花的颜色因品种不同而色彩多样，多为黄色、白色、粉红、橙红，有的带有紫色或黑色斑点。也有一朵花具多种颜色的，外表十分好看。

百合花花瓣有平展的，有向外翻卷的，故有“卷丹”美名。有的花味浓香，故有“麝香百合”之称。花落结长椭圆形



● 百合花能够通过独特的工序，制成具有美肤养颜功效的玉兰油等护肤品。

蒴果，一般不结籽。

百合花具有很好的药用价值，将百合花晒干后研成末，和入菜油，可以治疗小儿湿疮。

此外，百合花还能够通过独特的方法制成玉兰油和面膜等护肤产品，对于女性美容美颜具有一定的保健功效。

(2) 叶

百合的叶子多基生，也有茎生、互生或轮生，少对生。

百合的叶子一般披针形、条形或椭圆形，先端渐尖，无柄或有柄，直接包生于茎秆上，叶脉平行。

中脉比较明显，侧脉次之。



● 百合的叶子少对生，披针形、条形或椭圆形，中脉比较明显。

(3) 根

百合的根，即百合鳞茎，每年冬季地上的百合容易枯死，但是百合鳞茎在土中越冬，耐寒性非常强，即使在我国北方也能安全越冬。

春季从越冬的鳞茎盘抽生地上茎，不分枝，直立坚硬。

百合根位于地上的茎基部的入土部分，着生纤维状根，称为“罩根”，具备吸

收和固定地上部功能。

百合鳞茎着生在地上茎的基部，呈扁圆形或圆球形，由许多肉质鳞片螺旋状排列，层层抱合在鳞茎盘上所组成。

百合植株的基部除了产生大鳞茎之外，有的品种在地上茎基部入土部分还会产生小鳞茎。有的百合品种在地上茎的叶腋间产生鳞茎，称为“珠芽”。小鳞茎和珠芽都可作为繁殖使用，也有的品种不产生珠芽和小鳞茎。

百合根可供药用，主治邪气腹胀心痛，利大小便。

同时，百合根还可用于除水肿、缓解全身疼痛、咽喉肿痛，产后大出血引起的血晕、惊悸，能起到有安心、安神、益智和温肺止咳之效。

(4) 种子

百合的种子，一般为圆圆的薄片状。味甘、苦，性寒，归大肠经，适用于肺结核低热、盗汗和消瘦等症。

百合种子加酒后炒至微红，研成末，汤服，能起到治疗肠风下血、热痢脓血的良好作用。



● 百合种子具有养阴清热、滋补精血的功效，可供药用。



百合的分类

本节主要介绍了百合的分类，包括百合的分类和百合花的分类。百合的品种分类繁多，分布我国各大省市。此外，下面还介绍了百合与百合花的区别联系，让我们对百合建立起基础的认识。

● 百合与百合花的区别联系 ---○

百合和百合花虽然两者都有百合之称，但并非同一品种。

百合花是百合科植物百合等的花蕾，主要的价值在于观赏，尤其以荷兰及日本输出的切花品种居多。

百合花的鳞茎含有淀粉质，营养十分丰富，部分可以用来作为蔬菜食用。

在中国，食用百合具有悠久的历史，并且具有较高的食疗和药用价值。中医学认为，百合性微寒，具有清心、去火、润肺和安神等功效。百合的花、种子及其鳞状茎等都可以入药，作为一种营养丰富的食物和花卉存在。一般可食用和药用的百合，鳞茎比较肥大，而且鲜甜美味，口感佳。



● 百合和百合花虽然都有百合之称，但是前者主要具备食用价值，后者则具备观赏价值。

● 食用百合的品种分类 -----○

百合科百合属植物全世界大概有80种，我国有39种。

百合的鳞茎含有淀粉，可以食用，有的种类可供药用，有的种类含有芳香油，可以作为香料。其中可供食用的百合约有10种，在我国作为蔬菜栽培的主要有卷丹、龙牙百合及川百合。

我国是野生百合资源分布最广的国家，比较常见的有野生卷丹、野生细叶百合、野生川百合和龙牙百合等，均具有食用价值。

(1) 野生卷丹

卷丹，又叫做宜兴百合，主要产自江苏宜兴，以及浙江、安徽、河北、河南、山东、江西、湖北、湖南、广东、陕西、甘肃、四川、贵州、云南和西藏等省、自治区。

各地均有栽培，太湖流域栽培的宜兴百合为该品种的优良栽培品种。因为地理位置紧靠太湖，气候温和，土地肥沃，所以百合的产量比较高，而且质量也属于上乘。

宜兴百合的株型直立，株高大约有80厘米。鳞茎高4厘米左右，直立，不分枝，为草绿色，茎秆基部一般带有紫褐色或红色的斑点，平均重约为70克，扁圆形，鳞片白色微黄。

宜兴百合的花期是在7月中旬和下旬，

花下垂，橘红色，花开放通常有十余朵，呈总状花序，花被正面有黑色斑点，开放时反卷超过花柄，这是宜兴百合的一个最为显著的特征。

平均每667平方米百合产量在1000千克左右。



（2）野生细叶百合

细叶百合，又叫山丹花，是百合科草本植物，是百合属中分布最广，纬度偏北的一种，一般产自我国的东北及河北、河南、山东、山西、内蒙古、陕西、宁夏、甘肃和青海等省、自治区。

野生细叶百合大多数生长于向阳的山坡上，植株高30~40厘米，茎上生叶。花被片长3~5厘米，反卷，没有斑点或只有少数斑点。

野生细叶百合于春末夏初开花，花下垂，花瓣向外反转，颜色鲜红，蒴果近球形，直径在1.8~2.3厘米。

野生细叶百合的花期是在6~8月，果期在8~9月。

（3）野生川百合

川百合，又称之为兰州百合。主要产

地是四川、河南、山西、陕西、甘肃、湖北和云南等省。

川百合属于多年生草本植物。百合的株型比较高，株高大约100厘米，无茸毛，绿色。鳞茎球形或者扁圆形，白色，鳞茎高3厘米左右，鳞片肥大。叶子生密，互生，带形，无柄。

川百合的花朵约有20余朵，花下垂，花被火红色，开放时反卷，接近花柄，花梗有小叶1枚。于7月上旬和下旬开花，花期10天左右。花带有香味，而且美观，花蕾可供食用。生长期比较长，需要6~7年。

平均每667平方米百合产量在1200千克以上。

（4）龙牙百合

龙牙百合，主要产于湖南邵阳地区，湖北、浙江、陕西等地也有所产。

龙牙百合因其鳞茎白色，抱合紧密，每个鳞茎2~4个鳞瓣，鳞片狭长肥厚，故得名“龙牙百合”。鳞茎平均重250克，大者500克以上，产量高，无苦味，但也无甜味。地上茎高1米以上，光滑无毛，颜色为深绿色，叶大披针形，生长势强，无珠芽和籽球，或偶有籽球。花为漏斗形，白色，花期在6月上旬和中旬。

（5）台湾百合

台湾百合，原产地是台湾。

台湾百合属百合科多年生草本植物。茎高30~120厘米，细长而光滑，鳞茎为球形，叶子为互叶单生。花为漏斗型，五瓣，内面白色，外表紫红色，花的大小为12~15厘米。

台湾百合的花期在3~8月。

（6）兴安百合

兴安百合，又叫做毛百合，主要产自大兴安岭一带和河北省。

兴安百合的茎粗壮，单一，具棱，高约30~90厘米，互生。植株体具有白色的茸毛。鳞茎与蒜瓣相似，鳞片有两节，通常是长而圆的，也有的是接近椭圆形的，但罕见。花冠为红色或橘红色，花瓣长有5~10厘米，宽有1~2厘米。花期在7~8月。一般都生长在草甸、林缘、山沟和草地等。

(7) 条叶百合

条叶百合，主要产自台湾、广东、浙江、安徽、江苏、河南和东北等地，朝鲜和日本也有分布。一般都生长在海拔182~640米的山坡或草丛中。

条叶百合的植株的高矮适中，鳞茎较小，接近扁圆形，高约2厘米，直径1.5~2.5厘米，鳞片为卵状披针形，茎高50~90厘米，无毛。叶散生，花单生，或有数朵排成总状花序。花梗长2~5厘米。

条叶百合的花期是在7~8月，果期在8~9月。

(8) 湖北百合

湖北百合主产自湖北、江西和贵州，一般都生长在海拔700~1000米的山坡上。

湖北百合的鳞茎接近球形，直径有5~6厘米。鳞片为矩圆形，长3~5厘米，宽1至2厘米，呈白色，茎高100~200厘米，有紫色条纹，但无毛。叶两型，中、下部的矩圆状披针形。柄长约5毫米；总状花序具2~12朵花；苞片卵圆形，花梗水平开展，每一花梗一般都有两朵花；花披针形，反卷，橙色，具稀疏的黑色斑点，长5~7厘米，宽达2厘米，全缘，蜜腺两边具多数流苏状突起；雄蕊四面张开，花丝钻状，无毛。

● 百合花的品种分类 -----○

百合花属的种类非常多，全球目前已

发现的就至少有120个品种，其中有55种产于中国。

百合花主要用观赏用途。比较常见的品种有香水百合、狐尾百合、白百合、玉米百合、圣诞百合、鹿子百合、麝香百合、火百合、野百合和水仙百合等。

(1) 香水百合

香水百合是百合中的一种，别名是卡萨布兰卡，原产地是喜马拉雅山区。

香水百合被誉为“百合中的女王”，其花瓣不同于其他百合科花朵带有斑点，而是纯白色，也因此象征纯洁与美好，在西方，香水百合的每一枝茎上有4~5朵大型的花朵，散发着淡淡的幽香，淡雅而清爽。

香水百合的花语是伟大而纯洁的爱。



● 香水百合主要是因其独特的香味而闻名，香气馥郁之中带有淡淡的清爽，花香怡人。

(2) 狐尾百合

狐尾百合主要分布在亚洲东部、欧洲、北美洲等北半球温带地区。

狐尾百合属于多年生的球根草木花卉，株高在45~65厘米，茎直立，不分枝，地下具有鳞茎，鳞茎有阔卵形或披针形，多数须根生于球基部。单叶，互生，