

原民風味粽的外衣一

碧果草



碧果草 (*Trichodesma calycosum* Collett & Hemsl.) 又名假酸漿，為紫草科 (Boraginaceae) 碧果

經過改良的碧果草屬 (*Trichodesma*) 作物，分布於全臺低海拔山坡林地及樹叢，植株屬大型直立草本，高度可達2公尺，花期為秋季至隔年春季，花謝後花萼5裂宿存，有如星芒般，可做為乾燥花材；果實成熟時為碧紫色，故名碧果草。與茄科假酸漿屬的假酸漿 (*Nicandra physaloides* (L.) Gaertn.) 有別。

碧果草與臺灣原住民族文化有很重要的關連，部落傳統使用上，會利用碧果草葉片包裹食物，保持食物新鮮，增加保存日數。許多原住民族的傳統食物，如卑南族的「以那翻」(Yinafei)、阿美族的「法鄂斯」(Fa-us)、魯凱族的「阿拜」(Abai) 和排灣族的「奇拿富」(Qinafu)，都是以碧果草葉片包裹糯米、小米或芋頭以及豬肉等餡料，外層再以月桃或血桐葉包覆，經過

水煮或蒸熟成為類似粽子的食物，食用時需將外葉取下，將碧果草葉片連同內餡



碧果草的葉片寬大，原住民用來包裹食物。

一起吃。因碧果草葉片富含纖維質，可幫助維持消化道機能，避免腹脹。這項原民美食也已經有商業化經營販售，不必等到部落歲時祭儀，在原民風味餐廳就可以輕鬆享用，今年端午節不妨換個口味，來嘗試原民風味粽吧！

目前碧果草尚未有經濟規模栽培，仍以野生採集或部落內零星栽

培為主，惟其葉片外觀性狀與有毒植物—大花曼陀羅類似，植株未開花時，曾有民眾因誤食而中毒，造成食安上的風險。碧果草葉片對生或近乎對生，觸感粗糙；大花曼陀羅葉片互生，具有明顯葉柄及絨毛觸感，可做為兩者簡單的區別方式。本場已規劃建立碧果草經濟栽培模式，期能做為農民栽培之參考，供應安全、穩定、無農藥之原物料給消費端，營造臺東在地特色產業。



碧果草經濟栽培模式之建立



果實成熟時為碧紫色