



紅刺蔥

紅刺蔥小檔案

- 中名：紅刺蔥
 俗名：食茱萸、茱萸、越椒等
 學名：Zanthoxylum ailanthoides Sieb. & Zucc.
 英名：Japanese prickly ash
 科別：芸香科 Rutaceae
 分布：全省、台東蘭嶼
 生態與性狀：分布在1600公尺以下之山地。為落葉性喬木。老幹散佈短瘤刺。葉披針狀，長橢圓形。花序為聚繖花序，花黃綠色。花期3-4月。
 食用部位：根、果實
 功效：有溫中、燥濕、治心腹冷痛、赤白帶下之效。
 原住民名稱：Tanah (阿美族), Tanna (布農族巒), Tiyanku (排灣族Subon), Tjanak (排灣族), Tana (魯凱族)

世間凡事物極必反，九是數字的極點，九九之數為氣數之盡、凡事大大不吉，迷信的中國人相信九月初九重陽節是厄運降臨的日子，因此，梁人吳均《續齊諧記》中，書中記載九九重陽節帶來平地災厄的奇聞軼事。此後，南北朝即有登高飲菊和插茱萸避邪的習俗。一直到唐宋文采鼎盛時代，先後有耳熟能詳的王維九月九日《憶山東兄弟》中「遙知兄弟登高處，遍插茱萸少一人」對親友思量的情懷；郭元振「辟惡茱萸囊，延年菊花酒」；沈佺期之「魏文頌菊蕊，漢武賜萸囊…，年年重九慶，日月奉天長」；《夢梁錄》中「以菊花、茱萸，浮於酒飲之」；陳欽甫的「九日」詩也有「菊枕堪明目，茱萸可避邪」；到了明代，申時行有「拍手齊歌太平由，滿頭爭插茱萸花」等等對重陽節描述的名句精華。

重陽節的主角之一「茱萸」，當然不乏有杜甫的「醉把茱萸仔細看」，和孟浩然的「茱萸正可配，折

取寄親情」。江湖術士深信，茱萸具有驅邪降妖的神奇力量，可在許多古籍中如西漢劉安《萬畢術》一書即載著：「井上宜種茱萸，落葉井中，人飲其水無瘟疫，懸其子於屋內，鬼畏不入也」；後魏賈思勰《齊民要術》中：「舍東種白楊、茱萸三根，增年益壽，除患害也」。神鬼傳說、民間習俗固然令人打從心裡敬畏和尊崇，可是食色性也，中國人談到吃，特別是蜀人四川在辣椒自明朝傳入中國以前，茱萸才是古蜀人嗜辣成性的主要食材。

早在李時珍《本草綱目》言提及：「茱萸吳地者入藥，故名吳茱萸」、「味辛辣，入食物中用」的記載。到了明朝航海技術發展以後，辣椒才得以自南美傳入中國，取代了食用歷史有千年之久的茱萸。

食茱萸在典籍《廣雅》稱為越椒，因植株滿佈瘤刺，連鳥都不願佇立，所以又叫鳥不踏。其他洋洋灑灑一堆稱呼，有檉葉花椒、仁刺蔥、刺江母、刺江某、大葉刺蔥等，指的即是原住民同胞食之有年的紅刺蔥。

在台灣原住民的稱呼當中，阿美族、魯凱族都叫“tana”；邵族語稱為“tatana”。食茱萸全株皆有利用價值。其中，嫩葉去除腥羶的佐料，為胡椒的代用品，和山胡椒並列台灣原住民兩大重要的調味料植物。

嫩心葉或嫩苗洗淨後揉鹽，是可口的醃漬食物。原住民常將嫩葉放入湯中調味，替代高鮮味精佐料；早期平埔族人就常吃，據說可以祛傷解鬱。菜、莖、根、樹皮、種子可作藥用或釀酒。

由於植物的材質輕且加工特性佳，故也是泰雅族人製作刀鞘的好材料之一。由於植株含有高揮發性的油胞化合物，所以也是山中蝴蝶、蟬等幼蟲喜好的栖地場所。雅美族人不會砍伐茱萸作為生活新材，因為長滿銳刺的樹身易造成傷害。不管是中國的茱萸或台灣原住民口中的紅刺蔥，其使用歷史和報導都具有傳奇性和地方色彩，特別是作為已融入原住民生活當中不可缺失的生活必需品，未來文明社會對它的利用，會不會開發更多的利用價值？或是如中國重陽節漸被文明人所淡忘？還是如原住民子孫對tana的認識漸漸式微呢？



黃藤心

黃藤心小檔案

中名：黃藤
俗名：五脈剛毛省藤、省藤、假黃藤
學名：Calamus quinquesstinervis.
英名：Rattan
科別：棕櫚科Arecaceae
分布：全省各地山區

生態與性狀：分布在低海拔至2000公尺之闊葉樹林內。為攀緣性藤本。葉羽狀全裂，叢生枝梢，葉軸佈滿滿銳刺。核果橢圓形，外被覆瓦狀鱗片，先端具明顯之小尖端。

食用部位：嫩心莖
功效：有清血涼血，瀉熱祛風，降血壓之效。
原住民名稱：Dugec (阿美族), wway (魯凱族)
使用原住民：阿美族、魯凱族

中國人的愛情觀，從陸游《釵頭鳳》中的「紅酥手，黃藤酒，滿城春色宮牆柳。東風惡，歡情薄，一懷愁緒，幾年離索..」，到現代詩中出現所謂的「古代愛情是黃藤酒，現代愛情是速食麵」，黃藤這個其貌不揚的植物，竟不約而同的展現了古今的中國愛情觀。殊不知在外表看起來惹人生毛的銳刺的藤本植物，卻是台灣原住民的珍饈美味。從食物到族人的祭儀節慶，黃藤都扮演重要的食材和節慶必需品。在野地裡，人們見到藤心冒出新芽、悄悄抽長，就知道春雷後便是春天來臨了。於是便是撒種耕作的時候，以換來一個豐收季。

黃藤莖部嫩心可食，甘甜味美，風味鮮美獨特，嫩心部位富含纖維質，可促進腸胃蠕動，民間亦盛傳黃藤具清血退火之效用，煮水飲用有助降高血壓之效。市面上可看到的黃藤心，外層仍包覆著堅硬皮層，去除後才是可食用的嫩心部位。黃藤嫩心外表光滑，顏色淡黃，但容易失水褐變，因此採後必須有保鮮處理，才可避免品質劣變。

黃藤食用法最常見的是煮湯，搭配排骨、小魚干或海鮮類，味道甘甜鮮美，又不失清爽，是十分美味的健康食物。為避免湯汁顏色深暗，可將黃藤先行川燙，湯汁較清澈美觀。另外，黃藤去皮切段煮熟，可作涼拌沙拉；乾烤後去皮抹鹽，風味特殊獨到，也是原住民祭典上的傳統食物。

除了作為健康清爽的食材之外，阿美族也認為

吃藤心，壽命可如藤那樣長命，產婦吃了可增加奶水量。在泰雅族日常生活中，藤心除了食用之外，也是重要的生活用品。許多的藤編製品如藤床、藤椅、鞋子、藤籃的材料都來自於黃藤。

排灣族祭儀書籍記載，刺球祭即五年祭，其意義是在迎接大武山祖靈的到來，並以刺球的儀式，來探查祖靈所帶來的運氣，祭儀前族人們砍取木柴、竹竿及黃藤，木柴及竹竿是預備作為刺球架及刺球桿，再以曬乾後的黃藤皮，用來製作藤球。祭司製作的藤球，由長者主持拋球儀式，以藤球來代表出草的方向與對象，以及出草者的運勢，第一次刺中藤球者在出草



白色的藤心是鮮食沙拉的好食材

時，須擔負獵人頭的任務。當某個部落辦理刺球儀式時，鄰近的部落即進入防備的狀態，深恐自己的部落是刺球祭儀指示的出草對象。

台灣早期從海岸地區至海拔2000公尺山區，均可見到黃藤生長，是編織手工藝品及製造家具的主要材料，惜因長年的採收砍伐，目前不僅平地已經絕跡，中海拔山區亦少見。黃藤生育強健，病蟲害極少，栽培期間可以完全不施用農藥，是無農藥殘留之虞的健康食品。目前在花蓮地區有人工栽培，有較大量的生產，並定期舉辦研習會，提供黃藤在生產、管理、貯藏、加工利用方面的相關資訊，其中以黃藤採收後容易褐化變色之現象，進行相關保鮮冷藏之試驗研究，以改善黃藤不耐長途運送之缺點，協助建立地方特色產業。 [圖]