

臺東地區原住民蔬菜經濟栽培——臺灣藜

臺灣藜原稱紅藜或赤藜，經學者深入研究，證實其為臺灣原生種植物，正名為臺灣藜 (*Chenopodium formosanum* Koidz.)。本場收集臺東縣金峰鄉新興、正興村的臺灣藜地方品系，進行肥培管理試驗，並與放任栽培進行對照，調查園藝性狀及適口性表現。日前本場試驗田的臺灣藜結實累



結實累累的臺灣藜黃色果實

累，較早熟的呈現鮮紅、暗紫、金黃、夕陽紅等顏色，也有晚熟的品種還是鮮綠色，五彩繽紛煞是好看，吸引附近民眾前來觀賞。

臺灣藜具有高優質的營養及機能性成分，其酵素活性，能增添小米酒風味，另含有高量的三種抗氧化酵素—POD、CAT與SOD，可預防老化、去除



本場所栽植的臺灣藜結實累累

心血脂及永保青春，未來可推廣為健康食品。

臺灣藜的膳食纖維是地瓜的五倍，優於大部分的穀類，其幼苗、嫩莖葉和花穗等都是可口的野菜，可以炒食或煮湯，也可以醃漬。如將果實曬乾、脫殼，讓種子與殼分離，取種子磨成粉末狀調水，可混合肉餡製成湯圓等佳餚美食。另外臺灣藜花穗形狀優美、顏色多變化，也可做造景、花材及盆栽等觀賞用途，且其極為耐旱、耐鹽，很有經濟栽培的發展潛力，本場已組織團隊，全力選育優良品種、建立肥培及病蟲害管理模式；研製採收、脫粒、脫殼機械；積極研發食譜及加工成高價值保健產品。