

臺灣藜之應用

● 文 / 圖 陳振義



本場利用臺灣藜營造花海令人讚嘆美不勝收

在臺灣的傳統作物及資源植物中，很難找到像臺灣藜與原住民互動密切、兼具美麗外觀與文化傳承的特有植物。依據文獻記載，臺灣藜曾經有過不同的稱謂，如：藜、紅藜、赤藜、紫藜、紅心藜、食用藜等，其稱謂多半來自於果穗外觀顏色取名。近年來的研究得知臺灣藜具有豐富的營養成分及保健價值，使得這個被譽為「穀類中的紅寶石」，變成時下最「夯」的作物。

臺灣藜遺傳異質性高，隨著品系的不同，植物體花青素的種類也不同，臺灣藜植株具有五顏六色的色彩變化，播種後經幼苗期、營養生長期、抽穗開花期、結實期及穗轉色期等，抽穗轉色後，田間可見艷紅、桔紅、洋紅、粉紅、金黃、菊黃、橙黃等顏色，令人賞心悅目、美不勝收，播種前若能加以規劃，可當作主題園區、花海或現代庭園綠美化的新素材。臺灣藜不同地方品系其外部型態各異其趣，觀賞期長，可依照造景設計實際需求，選拔出不同果穗顏色及穗形之品系，應用於休閒農業之主題造景，極具發展潛力。

長久以來芽苗菜被視為一種具有高營養價值之食品，一般市售之芽苗菜以綠色及黃色為大宗，紅色之產品相當稀少。本場經選種選出紅色品系，進行芽菜利用之開發，臺灣藜芽菜色彩

鮮豔令人驚豔，具有視覺獨特性，且營養成分豐富，沒有一般豆科芽菜特殊的青草味，富含膳食纖維、總多酚類及多種維生素，具有良好的抗氧化能力及自由基清除能力，為相當有潛力之芽菜類蔬菜，希望能開發為另一種食用芽菜。另外，臺灣藜果穗經過採收、曬乾及脫粒以後，傳統使用杵臼搗碾或人工搓碾籽實等方式脫殼，再以風選等方式分離籽實及外殼，費時又費力。為改善臺灣藜收穫後脫殼加工技術，本場特利用市售小型穀物脫殼機進行調製作業，脫殼作業速率每小時約 25 ~ 35 公斤，脫殼後籽實重量為原重的 55 ~ 60%，可有效解決臺灣藜調製脫殼問題。

臺灣藜為臺灣原生植物，分布於全臺各地，但以臺東縣及屏東縣最多，主要種植於大武山系東西兩側山地部落，為排灣族及魯凱族原住民傳統栽培的作物。本場所開發臺灣藜花海可應用在社區部落或農產品銷售據點，吸引來臺東觀光的旅客，增加賣點，而達到促銷在地農產品的目的；臺灣藜芽菜營養豐富，為現代人追求養生保健新選擇；利用市售穀物脫殼機進行調製作業，可解決臺灣藜脫殼問題。臺灣藜具有三大特色：色彩豐富、營養豐富、無重大病蟲危害，因此值得加以推展，並可結合休閒旅遊成為臺東地區觀光新產業。



本場研發紅豔臺灣藜芽菜沙拉
清爽可口營養豐富