

# 前言

木鱨果(*Momordica cochinchinensis*(Lour.) Spreng.)俗名刺苦瓜，屬於本土原生植物，種子呈鱨狀而得其名，早期原住民族部落夥伴多食用其嫩葉及青果果肉。木鱨果嫩葉及青果口感微苦，煮食後略微回甘；成熟果實內之假種皮帶有甜味及清淡瓜香。成熟種子之種仁具有微毒性，需注意不可直接食用。本次料理以嫩葉、青果及成熟果假種皮作為食材，推薦給一般大眾認識與食用，同時也希望透過健康營養的風味料理食譜示範，推廣在地特色食材，進一步提供給區內休閒農業區、農場、民宿及餐飲業者參考運用，讓菜色選擇更具在地特色及多元風貌，以下擇要說明木鱨果食材運用及特色創意料理的做法。



木鱨果青果及嫩葉



成熟果實(左)、成熟果剖面(中)、橙紅色假種皮內含棕黑色種子(右)

圖片提供：陳盈方助理研究員、薛銘童助理研究員