

# 藜麥

藜麥花序型態分為兩種，  
鬆散型及團簇型。

文/圖 黃子芸



生長一個星期之藜麥幼苗  
國重視的新興作物之一。藜麥(*Chenopodium quinoa* Willd.)為藜科(Chenopodioideae)藜屬一年生作物，亦有印地安麥、奎藜、灰米等別稱，主要生產國家為秘魯、玻利維亞與厄瓜多。藜麥迄今已有數千年的栽培歷史，栽培範圍從北緯20度至南緯40度，沿海地區至海拔3,800公尺皆有分布，適應性廣泛，且對霜害、鹽害及乾旱等逆境具有耐性。藜麥於植物分類上和一般穀類作物(禾本科)不同，但食用方式相似，故與蕎麥、莧屬作物同歸類為擬穀類(pseudocereals)，其穀粒含豐富的蛋白質、維生素及礦物質，且不含麩質(gluten-free)，營養成分完備又均衡，故有「超級穀物」之稱。藜麥穀粒可採用煮飯的方式煮食，或調理成沙拉食用，也常製成穀片、薄餅、餅乾等商業加工產品；藜麥全株可作為牧草使用，亦有使用於醫療方面的記載，用途甚廣。

藜麥於南美洲地區之種植時期為每年9~11月，生育期約需5~7個月，平均產量為0.85~3.5公噸/公頃，因栽培環境及品種而異。植株莖直立，分枝多，高度約1~2公尺，葉大並具有多型性。花序屬圓錐(panicle)花序，長約15~70公分，顏色絢麗多變，具白色、橘色、紅色、粉紅色及紫色等多種色彩，花序又依小花著生位置不同，分為兩種型態，小花群著生於二次枝梗的為鬆散型(amaranthiform)，著生於三次枝梗的為團簇型(glomerulate)。藜麥屬雌性雌雄同株異花(gynomonoecious)作物，植株上同時具有兩性花及雌花，兩性花具雄蕊5枚，柱頭2~3枚。果實為胞果(utricle)，包覆在宿存的花被片(tepal)內，種皮含有皂素，種子有黑、紅、黃及白等顏色。藜麥與臺灣藜為同屬作物，植物特性相似，本場亦有投入藜麥試驗研究，進行農藝性狀調查及適應性評估，期能建立基礎資料，供未來栽培及臺灣藜育種試驗之參酌。



藜麥植株直立，分枝多。