

原民蔬菜

落蕎



落蕎 (*Allium chinense* G. Don) 為石蒜科蔥屬植物，別名(讀音：ㄊㄧㄝˊ)頭或蕎頭。植株外型似蔥非蔥，似蒜又非蒜；成熟時底部膨大，形成白色鱗莖，具有強烈的辛香味，似蔥蒜混合，但略比大蒜溫和，較無嗆辣味。唐代孟詵《食療本草》記載多種內服與外用的食療方法；明代李時珍《本草綱目》則將薤列為可供食療的一種葷菜。顯示在華人的社會裡，落蕎是兼具食用及食療的辛香作物。

原民蔬菜大多以野外採集為主，落蕎是阿美族、卑南族及排灣族等原住民族中，少見會栽培生產的蔬菜種類。傳統上，在每年產季採收後，部落族人會陰乾保存一部分鱗莖供繁殖使用。這些陰乾後的鱗莖通常在8-9月期間陸續萌發新芽，其形態外觀與發芽之蒜頭相似。此時可挑選已發芽或飽滿的鱗莖，



落蕎鱗莖於每年8月中旬後會陸續發芽(左)，栽培行株距各約30 x 30公分，可直接定植於田間(右)。

文、圖/ 薛銘童
直接種植於田間，每穴種植1-2顆，行株距各約30公分。採收期視種植時間、地域及氣候略有不同，介於每年的3-6月之間。



每年春假前後，即可陸續採收落蕎。

新鮮的落蕎經過簡單料理，熱炒鹹豬肉或做成蛋類料理都相當美味；喜食落蕎的阿美族人更常在採收後洗淨，直接蘸鹽巴生食。除了鮮食或炒食之外，原住民朋友也經常會將盛產的落蕎醃漬，做為開胃佐菜，例如鹽漬、油漬及醋漬都是常見的方式；部分喜食韓式料理的族人，甚至會使用韓式泡菜粉來醃漬，品嘗起來，別有一番風味。

雖然落蕎在國人飲食當中並不常見，但部分都會區的日式或原民餐廳偶有供應時令或醃漬料理，在部落中也經常可見小面積栽培生產。有興趣品嘗的民眾，在春季至花東地區踏青旅遊期間，不妨可以購買嘗鮮。