

西双版纳野生植物的物候期与少数民族的“食文化”

肖文祥 肖来云 马信祥

(中科院西双版纳热带植物园 666303)

西双版纳位于祖国南部边陲，地处热带北缘。是我国著名的少数民族居住地区。这里森林茂密、气候温和、风光旖旎、资源丰富。居住在这一地区的有傣、哈尼、布朗、拉祜、瑶、基诺等少数民族。长期以来，这里的少数民族在“靠山吃山、靠水吃水”的传统习俗下，采摘野菜、野果、草药、饲料和捕鱼、狩猎等来补充自己的生活来源。在这过程中形成独特的文化、生活模式。在长期利用野生植物中，正确地掌握了食用野生植物的物候期，在一定程度上形成科学性与传统经验统一的“食文化”。

一、滇南食用野生植物资源简况

滇南誉称“植物王国上的王冠”，仅高等植物计约5000多种（含栽培种），占全国1/6。丰富的植物资源为当地少数民族提供了充足食物来源。少数民族长期利用具有文化特征的种类共有220余种，可以利用种类达1000种以上（其中包括食用、药用、纤维、香料、染料、淀粉、油脂、野生水果、饮料等）。有150多种植物被食用；其中香料植物44种，淀粉植物约39种，野生水果80余种，其它有10余种。这些植物中有的为一种多用途。

二、食用野生植物民俗利用

长期的采摘中，当地少数民族根据野生植物生长、开花、结果等不同阶段发育期，有季节性，有规律的进行野外采集。有“生长季节吃野菜，开花季节食时在，果熟季节满山转，一年四季吃在外”的特点。我们在进行热带植物资源开发和保护中，能较多地与少数民族接触交往，亲身看到，了解到许多具有民族特色的食用植物。其分类如下：

1.果实（种子）类：

槟榔青、八角香兰、野八角、山鸡椒、假海桐、藤黄、山李子、木奶果、余甘子、毛荔枝、悬钩子、竹节树、野柿、猕猴桃、野茄、栲、蒲桃、五叶茶等130多种。

2茎叶（全草）类：

细毛樟、香椿、清香木、野芹、鱼腥草、臭菜、茺荑、水芹、草八角、吉龙草、香茅、树头菜、滑板菜、厚皮榕、蕨菜、龙葵、木瓜榕、旋花茄、日光花、酸苔菜、多种竹笋。

3.根（茎）皮类：

肉桂、麻根、槿棕、茴香砂仁、姜黄、野姜、红球姜、余甘子、多种薯蓣（翅茎薯蓣、五叶薯蓣、毛褐苞薯蓣）等。

4.花 类：

云南石梓、火烧花、染饭花、白花等。

三、滇南植物物候在民族食文化中的应用

植物的可食性与植物的生长、开花、结果、休眠等发育节律关系极为密切。为获取更多食用植物，就应正确掌握野生植物物候期。

表1 采集物候期与植物食用情况

植物名称	食用部位	采集物候期	食 用 类	食 用 方 法	备 注
野 茄 <i>Solanum coagulens</i>	幼 果	6月~8月	野生蔬菜	煮熟后蘸酱食，味道稍苦，清凉爽口。	
假 海 桐 <i>Pittosporopsis Kerrii</i>	果 实	6月~8月	食用油脂、淀粉	果仁煮熟食，极似花生仁。	
印 度 栲 <i>Castanopsis indica</i>	种 子	11月~12月	食用淀粉	煮熟后食用	坚果含淀粉40~50%
阳 桃 <i>Averrhoa carambola</i>	熟 果	2月~3月	野生水果	果实黄色成熟，采之即食。	
薏 苡 <i>Coix lacryma-jobi</i>	种 仁	11月~2月	药用、食用淀粉	种仁煮吃或做中药配方	有健脾补肺，渗湿利尿之效
野 拐 枣 <i>Hovenia acerba</i>	熟 果	2 月	野生水果	熟果采之即食	栽培植物野生类型
毛 荔枝 <i>Nephelium chryseum</i>	熟 果	6月~7月	野生水果	同 上	栽培植物野生近缘种
酸 移 椏 <i>Docynia indica</i>	熟 果	10月~2月	野生水果	同 上	
山 李 子 <i>Flacourtia ramontchii</i>	熟 果	8月~12月	野生水果	同 上	

* 植物排列不以分类系统为序。表中成份分析分别根据云南热带植物研究所，中科院昆明植物研究所，中国经济植物志分析得出。

续表1

植 物 名 称	食用部位	采集物候期	食 用 类	食 用 方 法	备 注
羊 奶 果 <i>Elaeagnus conferta</i>	熟 果	2月~3月	野生水果	果实成熟食用	
野 菝 子 <i>Piper longum</i>	幼 叶	全 年	食用香料	幼叶洗净蘸一种叫“剥生”的半熟猪牛肉吃	
野 芹 <i>Oenanthe javanica</i>	幼嫩茎叶	2月~6月	野生蔬菜	吃法似栽培芹菜	
臭 菜 <i>Acacia intsia</i>	幼嫩茎叶	2月~6月	蔬 菜	同各种食物同煮,或与鸡蛋煎食,闻则难闻,食则可口。	具民族特色的食用植物之一
香 椿 <i>Toona sinensis</i>	嫩 茎 叶	3月~10月 11月~12月	蔬 菜	一般用作 腌渍、凉拌,香韵独特	食用历史长久
树 头 菜 <i>Crataeva unilocularis</i>	叶 芽	3月~5月	蔬 菜	用作 腌渍,凉拌食	
滑 板 菜 <i>Parabaena sagitata</i>	嫩 茎 叶	9月~4月	蔬 菜	用作煎、煮、炒食用。口感滑腻,味美鲜甜。	常用食用植物
龙 葵 <i>Solanum nigrum</i>	嫩 叶 片	11月~3月	蔬 菜	煮,炒或与鸡蛋煎食。其味苦中带甜,生津开胃。	常用野生植物之一。
少 花 龙 葵 <i>Solanum nigrum</i> var	嫩 叶 片	5月~2月	蔬 菜	与鸡蛋煎食,其味似龙葵,是当地傣族常用菜。	常用野菜之一,有小毒,不可多食
木 瓜 榕 <i>Ficus auriculata</i>	嫩 叶	2月~5月	蔬 菜	煮食或煮后蘸酱吃其味涩中带甜	

植 物 名 称	食用部位	采集物候期	食 用 类	食 用 方 法	备 注
刺 通 草 <i>Trevesia palmata</i>	嫩 茎 叶	1月~3月	蔬 菜	嫩叶煎煮炒均可	
草 八 角 <i>Limnophila rugosa</i>	茎 叶	3月~9月	加香配料	鲜茎叶或风干磨成粉, 作肉食品腌渍等调香配料, 香气、风味似八角	鲜茎叶精油含量0.2~0.43%, 主成分反式茴香醚含77.68%。
刺 芫 荽 <i>Eryngium foetidum</i>	全 株	全 年	加香配料	洗净后与盐、辣椒捣碎后备用, 使人生津开胃增进食欲。味似芫荽。	
山 鸡 椒 <i>Litsea cubeba</i>	幼 果	4~7月	加香配料	捣碎, 与盐辣椒拌成佐料, 为野外风餐, 归宿食用的调味品。	含芳香油2.5~5.5%, 主要成分为柠檬醛60~80%。
肉 桂 <i>Cinnamomum cassia</i>	茎 皮	全 年	加香配料	各种腌渍食品配料	
麻 根 <i>Piper sp.</i>	藤 蔓	全 年	加香配料	用时火烤后熟食, 香气扑鼻, 麻辣可口。	
野 姜 <i>Zingiber cassumunar</i>	根 茎	全 年	加香配料	各种食物佐料	
余 甘 子 <i>Phyllanthus emblica</i>	果实、茎皮	11月~4月	野生水果 调味佐料	果实形成后即可食用, 茎皮作食物配料。	
檳 榔 <i>Caryota urens</i>	茎 髓	10月~4月	淀 粉	花苞炒食, 其味鲜美可口, 髓心筛制后煮食。	
翅 茎 薯 蓣 <i>Dioscorea alata</i>	块 根	10月~4月	淀 粉	煮、炒、煎均可, 甜润生津, 口感很好。	块根含淀粉46.29%

续表1

植 物 名 称	食用部位	采集物候期	食 用 类	食 用 方 法	备 注
茵 香 砂 仁 <i>Achasma yunnanensis</i>	根	全 年	加香配料	味类似茴香,常取鲜根或风干作肉食调料加香。	鲜根茎出油率0.18%干为2.19%
节 鞭 山 姜 <i>Alpinia conchigera</i>	根	全 年	加香配料	作各种食品调料加香	
野 芭 蕉 <i>Musa acuminata</i>	嫩 花	全 年	野生蔬菜	煎、煮、炒均可,其味涩中带鲜甜,久吃不腻	为当地常用野生蔬菜之一。
云 南 石 梓 <i>Gmelina arborea</i>	花	2月~4月	食用色素、香料	用花晒干与糯米一道磨细在火上烤酥或煮熟食用是傣历年赠友人,表示吉祥如意	是当地最具民族特色的食用植物
火 烧 花 <i>Mayodendron igneum</i>	花	3月~5月 7月~8月、9月	野生蔬菜	鲜花作野菜炒吃。	
白 花 树 <i>Bauhinia variegata</i>	花	4月~6月	野生蔬菜	用水浸泡后炒吃。	含白花油
香 姜 <i>Zingiber sp.</i>	根	全 年	加香配料	作各种食物佐料	茎精油含量0.12% 叶精油含量0.32%
香 果 花 椒 <i>Zanthoxylum utilis</i>	果	10月~11月	加香配料	常用作鱼、牛、羊肉、野味等配料,有除腥之效。	干果油含量为2~4%4~9%
魔 芋 <i>Amorphophalus rivieri</i>	球 茎	11月~3月	淀 粉	煎、煮、炒均可。	球茎含淀粉35%
葛 藤 <i>Pueraria edulis</i>	块 茎	3月~5月	淀 粉	煮熟后食,可入药。	鲜葛根含淀粉20%

西双版纳的干热季2~5月,此时平均日照数每天达6.5小时,是当地植物生长的高峰期。也是采集各类野生植物叶芽为菜的大好季节。由于热带植物多样性,物候期的不同,故同类植物一年四季可以采集为食。如干季的苦竹(*Pleioblastus amarus*)的笋、湿季的毛滇竹(*Oxytenanthera nigrociliata*)、歪脚龙竹(*Dendrocalamus sinicus*)等。植物生长期多伴随现蕾开花是热带植物物候一个特点。所以当地食花植物多在3~4月,如云南石梓等。有些食花植物一年内多次开花,因此一年内可多次采集食之。如火烧花。就果实采集而言,当地少数民族都知道果实生长期的特点,即长短不一、间果现象、全年有果等。一般种类果熟期同亚热带、温带时间大致相同,多在4~9月。随之而来许多种类植物进入休眠期。热带植物休眠期不明显。落叶或半落叶多集中于干季。此时淀粉植物能够贮存大量淀粉,故当地淀粉植物的采收多在干季11月~次年5月,如董棕、多种薯蓣(见表1)。

食用植物的部位,必须根据不同的发育阶段进行有效采集。热带植物生物学特性较为特殊,在传统的采集中,其物候期就被机械的运用了。生长期多采集叶芽、嫩叶作菜;现蕾开花多以花作各种食料;幼果、果熟期采集野生水果、香料;停长休眠期采收淀粉为食等。形成了民族植物学或人文植物学(*Ethnobotany*)与植物物候学相联系。民族植物食文化同当地野生植物物候期有机的结合了。

四、食用植物开发与保护问题

随社会进一步发展,人民生活水平的日益提高,西双版纳野生植物利用得到进一步发展。在这一地区食用野生植物在商品市场上占有一定地位。其优点在于:弥补该地区干季栽培蔬菜、水果的短缺;某些野生植物无论在营养成分及色、香、味上远远超过人工栽培食用植物。许多农贸市场一年四季都有野生食用植物出售,而且往往供不应求。以当地各市镇几年内新建的具有民族特色的傣味餐厅食谱统计,每天有近20种以上野生植物为主食或配料被食用。食客几乎是吃时啧啧称道,食后流连忘返,可见其在该地“食文化”中占有多么重要的地位。

滇南植物资源蕴藏量大,在这得天独厚的环境里,民族文化遗产越来越受到重视,这是一件值得庆幸的事。但值得注意的是,随市场经济观念进一步加深,更多的野生植物成为市场经济商品。为图谋利,不顾其更新,采取“杀鸡取卵”等方法肆加采摘,严重破坏资源。以木质化草本植物刺通草为例,在其抽梢生长期,几乎所有植株遭受“灭顶之灾”,生长顶端全被砍去。假海桐果熟期则颗粒未收。更为甚者,国家二级保护植物“粮食树”——董棕,因过度采收其髓心淀粉,现在其分布区内成龄株已寥寥无几。为此希望有关部门采取必要措施,杜绝破坏资源,做到保护植物、利用资源并重。

参 考 文 献

- [1] 裴盛基,“西双版纳民族植物学的初步研究”,《热带植物研究》,20期,1981年。
- [2] 程必强,“滇南民族食用香料植物”,《热带植物研究》,29、30合期,1986年。
- [3] 《西双版纳自然保护区综合考察报告集》,云南科技出版社。
- [4] 肖文祥等,“西双版纳28种野生经济植物物候观察”,《中国野生植物》,1991年第2期。
- [5] 肖文祥等,“西双版纳野生经济树种物候观察(续)”,《中国野生植物》,1992年第3期。