

連續採收之原民野菜育苗技術

文 / 圖 薛銘童

前言

原住民族食用的蔬菜種類中，葉菜類占有相當重要的一席之地，在阿美族著名的野菜料理-八菜一湯中，龍葵、昭和草、小金英及紫背草等，就占了近半的比例。原住民傳統認為，大自然就是最好的冰箱。因此，除了少數野外不易採集的種類會進行栽培種植外，多數野菜都是需要的時候，才去採集食用。然而，由於生活及工作型態的改變，部分原住民朋友把採集到的野菜拿到市場販售，提供給無暇採集野菜的族人或一般消費者購買。部分原住民朋友有感於生活環境變化太大，加上除草劑的影響，許多記憶中的野菜，越來越不易採集，因而開始自行繁殖栽培。本場在輔導部落的過程當中，發現因人口外移及老化

緣故，許多部落長輩因年齡與健康因素，無法到野外採集野菜，也造成經驗傳承中斷的危機。有鑑於此，本場著手研究並建立各類野菜的繁殖技術。本文以數種常見且可連續採收之野菜為例，介紹種子繁殖技術，提供部落族人或有意栽培農友進行保種與繁殖生產之參考。

種類介紹

原住民的葉菜類野菜種類相當多樣，涵蓋菊科、莧科、茄科、馬齒莧科、繖形科、十字花科及部分蕨類等類別。其中以秋冬季節最常見的菊科為大宗，包含昭和草、紫背草、山萵苣及咸豐草等種類；而屬於茄科的龍葵，則是最受各個原住民族喜愛的野菜種類(圖1)。這些野菜種子細小，惟成熟植株較



圖1.常見葉菜類原民野菜：(A)昭和草；(B)紫背草；(C)山萵苣；(D)大花咸豐草；(E)龍葵

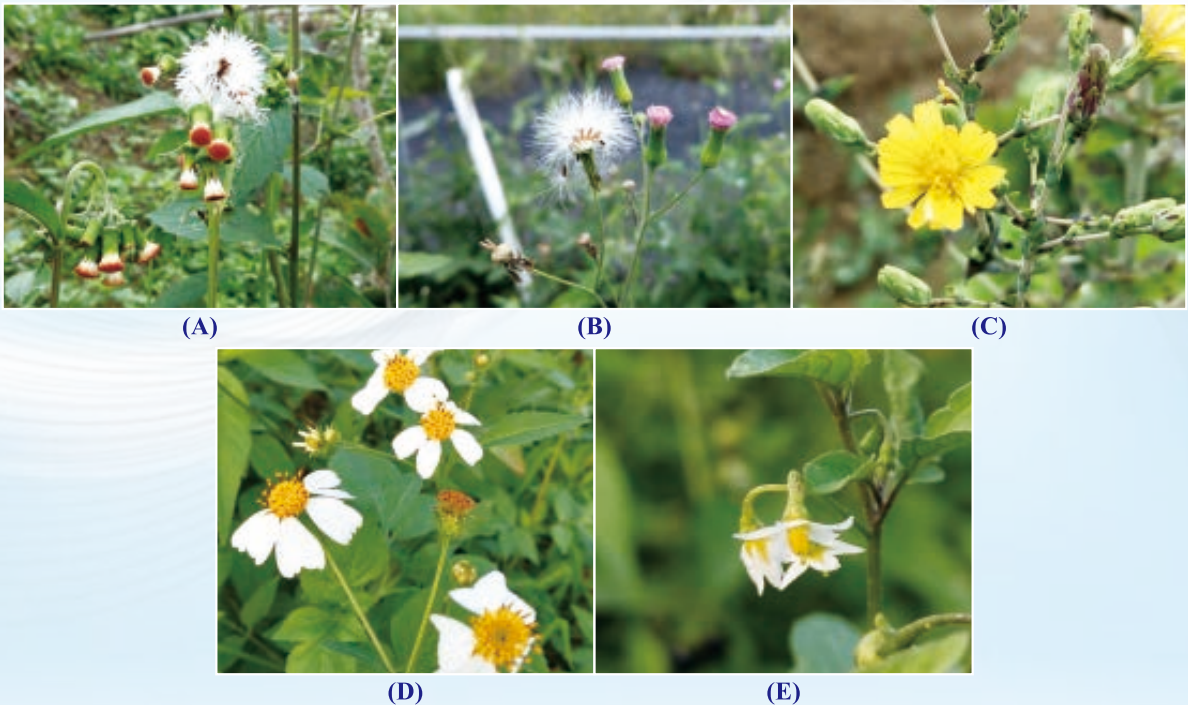


圖2.常見葉菜類原民野菜之花朵：(A)昭和草；(B)紫背草；(C)山萵苣；(D)大花咸豐草；(E)龍葵



圖3.常見葉菜類原民野菜種子：(A)昭和草；(B)紫背草；(C)山萵苣；(D)大花咸豐草；(E)龍葵

一般野菜大型，可以連續採收，適合使用育苗方式繁殖。部分莧科野菜雖然也可以連續採收，但較適合直播繁殖，故未納入本文。以下分別介紹說明前述4種菊科及1種茄科可連續採收之葉菜種類：

一、昭和草(*Crassocephalum crepidioides* (Benth.) S. Moore)：又名山萵蒿或飛機草；莖直立多分枝，株高約30-

150公分；葉片長橢圓至長卵形，不規則羽裂及齒緣(圖1A)；頭狀花序為鐘狀，紅褐色，成熟後花序開張成白色團狀(圖2A)；種子為瘦果，深褐色(圖3A)。全年均可播種種植，但以冬季至翌年春季發芽率及生長較佳，最適合採收。

二、紫背草(*Emilia sonchifolia* (L.) DC.



var. *javanica* (Burm. f.) Mattfeld): 又名葉下紅或一點紅；莖直立，上部多分支，株高約20-60公分；葉片琴狀羽裂，葉背為紫色，多著生於莖部中下位置(圖1B)；頭狀花序為筒狀，紫紅色，成熟後花序開張成白色團狀(圖2B)；種子為瘦果，黃白色(圖3B)。全年均可播種種植，但以秋季至翌年春季發芽率及生長較佳，最適合採收。

三、山萵苣(*Pterocypsela indica* (L.) C. Shih): 又名鵝仔草或山鵝菜；全株富含乳汁；莖中空、直立，株高約60-200公分；葉形多變化，線形、長橢圓至披針形，全緣至深羽裂(圖1C)，正面綠色，背面灰白色；頭狀花序為卵球形，花冠淺黃至黃色(圖2C)；種子為瘦果，黑褐色(圖3C)。全年均可播種種植，但以春季至夏季發芽率及生長較佳，最適合採收。

四、咸豐草(*Bidens pilosa* L.): 又名鬼針草或恰查某，臺灣有3變種，分別為白花鬼針(var. *pilosa*)、小白花鬼針草(var. *minor* (Blume) Sherff)及大花咸豐草(var. *radiata* Sch. Bip.)。其中，以大花咸豐草生長勢最強，原住民於低海拔地區採集到之咸豐草，幾乎都是此變種。大花咸豐草之莖為方形，株高60-200公分；葉單葉或奇數羽狀複葉，葉緣粗鋸齒(圖1D)；頭狀花序，具明顯白色舌

狀花(圖2D)；種子為瘦果，黑褐色，具逆刺之芒狀冠毛(圖3D)。全年均可播種種植，但以春季至秋季發芽率及生長較佳，最適合採收。

五、龍葵(*Solanum nigrum* L.): 又名烏子仔菜或烏甜仔菜；莖直立，多分支，株高約20-60公分；葉片卵形或菱形，全圓或粗鋸齒(圖1E)；繖形花序著生於節間，花冠白色(圖2E)；果實為漿果，成熟時為紫黑色；種子近卵形，黃白色(圖3E)。全年均可播種種植，但以春季至夏季發芽率及生長較佳，最適合採收。

育苗繁殖流程

昭和草、紫背草、山萵苣、大花咸豐草及龍葵之種子細小，播種時建議選用104或128格穴盤。以下介紹育苗流程：

一、填充介質：育苗介質可選用市售泥炭土，兼具良好之排水與保水特性，避免播種後，種子發芽過程過乾或過濕等不利於發芽之問題。填充前，先將成塊介質粉碎成細屑狀，而後均勻鋪散於穴盤上，略為用力壓實，並抹除多餘介質，使穴盤表面平整，以便於播種(圖4)。

二、澆水：在播種前，建議以細柔水柱均勻澆透介質(圖5)。如水壓過大，導致介質沖失，應立即補充。如播種後再澆水，易使細小種子連同介質被水柱沖失，造成穴盤缺苗



圖4.介質填充於穴盤並整平

問題。

三、播種：以手指或筷子於介質表面輕壓出小凹穴，每穴播種4-5粒種子後，再以

手指輕輕覆平植穴，使濕潤介質與種子充分密合。

四、覆蓋：播種後，以遮陰網覆蓋穴盤表面(圖6)，置於陰涼處進行育苗，避免介質表面水分散失，影響發芽率。

五、間苗：播種後約3-4天後，掀開遮陰網，檢視是否有種子發芽。如約有10%植穴種子開始發芽時，即可將遮陰網掀開，避免較早發芽的幼苗徒長。約2週後，俟幼芽本葉充分展開後，以鑷子進行間苗，移除較晚發芽或細弱幼苗，每穴留存一株(圖7)。間苗後，以細柔水柱澆水，使介質與根密合。約3週後，幼苗健壯時，即可定植於田間。



圖5.介質填充後以細柔水柱均勻澆透介質



圖6.播種後以遮陰網覆蓋穴盤並置於陰涼處育苗



圖7.播種後約2週進行間苗

結語

野菜文化逐漸流失是原住民族飲食文化傳承中的危機之一。過往原住民族主要是藉著族中長輩帶著年輕族人在山林中進行野菜採集、分享與共食，傳承種類辨識、適合採集部位、食用季節及料理方式等知識。但因環境變遷以及人口外移與老化，使得傳承產生中斷的危機。為協助原住民族就常用的野菜進行保種、繁殖與生產，本場已陸續建立多種野菜之繁殖技術。本文介紹的5種野菜為常見且可連續採收的種類，其繁殖方法可供參考，以利部落進行保種、繁殖與生產之用。