

宽阔水国家级自然保护区野生蔬菜资源调查

杨雪¹, 余德会^{2*}, 陈光平¹, 安明志³ (1. 贵州宽阔水国家级自然保护区管理局, 贵州绥阳 563300; 2. 贵州雷公山国家级自然保护区管理局, 贵州雷山 557100; 3. 贵州大学林学院, 贵州贵阳 550025)

摘要 [目的]掌握宽阔水国家级自然保护区主要野生蔬菜状况。[方法]2014—2016年开展宽阔水国家级自然保护区生物多样性资源补充调查,明确该区野生蔬菜的物种种名,分析野生蔬菜的分布、资源丰富度、食用部位、处理方法、食用调制、食用价值等。[结果]筛选出主要野菜46科85属100种,优势科明显,优势属不突出,前5位分别是菊科(Asteraceae)、禾本科(Poaceae)、百合科(Liliaceae)、五加科(Araliaceae)、豆科(Fabaceae)。从资源丰富度看,多为广布种和极广布种,少数为零星分布种。从食用部位看,可食用部位涉及根、茎、叶、花、果实。从食用方式看,多为鲜用、干制、蕨粉、腌制。从食用价值看,绝大多数可作主料,少数为配料或佐料。从民间调查的喜食程度看,极为喜欢食用的主要集中在传统野菜少数种类上,有21种,占21%。[结论]该研究可为科学保护野菜资源提供参考。

关键词 野生蔬菜;资源;利用

中图分类号 S647 文献标识码 A 文章编号 0517-6611(2017)20-0001-04

Wild Vegetable Resources Investigation in Kuantional National Nature Reserve

YANG Xue¹, YU De-hui^{2*}, CHEN Guang-ping¹ et al (1. Guizhou Kuantional National Nature Reserve Administration Bureau, Suiyang, Guizhou 563300; 2. Guizhou District Administration of Leigongshan Nature Reserve, Leishan, Guizhou 557100)

Abstract [Objective] To master the condition of main wild vegetables in Kuantional Nature Reserve. [Method] The biodiversity resources survey in Kuantional Nature Reserve was carried out, the species name of wild vegetables in this area was determined, and the distribution, resource richness, edible parts, treatment methods, edible modulation and edible value of wild vegetables were analyzed. [Result] Select the main 46 families and 85 genera and 100 species of wild herbs, the dominant families were obvious, dominant genera was not prominent, ranked in the top 5 were Asteraceae, Poaceae, Liliaceae, Araliaceae, Fabaceae. From the perspective of resource richness, most species were widely distributed and widely distributed, and few were sporadic. From the edible site, edible parts involved roots, stems, leaves, flowers and fruits. From the way of eating, mainly for fresh, dried, fern powder, pickled. From the edible value, the vast majority can be used as the main material, and a few as ingredients or condiments. Preference from the folk investigation, very love to eat mainly concentrated in a few species of traditional wild herbs, including 21 species, accounting for about 21%. [Conclusion] This study can provide a reference for scientific protection of wild vegetable resources.

Key words Wild vegetable; Resource; Utilization

长期以来,人们在认识自然、利用自然的过程中所形成的传统知识是人类知识宝库的重要组成部分,对野生蔬菜的认识也在不断丰富。1987年吴征镒^[1]提出植物资源分为五大类,其中,食用植物资源包括野生蔬菜资源。1994年刘胜祥^[2]在采用该系统时作了一些补充和归并,在作为第一级的“食用植物资源”中列出作为第二级的“野生蔬菜”。此后,学者对野生蔬菜开展了大量研究^[3-9]。根据汪兴汉^[4]的定义,野生蔬菜是指野外自然生长未经人工栽培,其根、茎、叶、花或果实等器官可作蔬菜食用的野生植物。野生蔬菜具有营养丰富、医疗保健、风味独特、无污染、无残毒等特点^[2-6],越来越受到人们的青睐。因此,合理开发野生蔬菜资源,既可以满足市场的需求,使居民获得经济效益,调整产业结构,还能帮助保护区农民脱贫致富,有利于资源的保护。笔者对贵州宽阔水国家级自然保护区主要野生蔬菜进行调查,以期为该保护区野菜资源保护提供科学依据。

1 研究区概况与研究方法

1.1 研究区概况 宽阔水国家级自然保护区位于贵州省绥阳县境内,地理位置为107°08'~107°11' E, 28°11'~28°15' N,是贵州大娄山脉东段唯一残存下来的一片原生性较强的常绿落叶阔叶混交林。保护区地形切割强烈,相对高

差大。除中南部干河沟两侧碎屑岩区以中低山谷为主的侵蚀地貌外,多为喀斯特地貌,分布于保护区东部、西部和北部,主要有峰丛峡谷、槽谷及洼地。岩性主要为碳酸盐岩和碎屑岩。碳酸盐岩分布最广,喀斯特作用强,发育程度高,类型丰富^[10]。区内平均海拔约1 100 m,最高海拔1 762 m,最低海拔650 m,相对高差约1 112 m,总面积约24 km²。宽阔水国家级自然保护区处于中亚热带湿润季风性气候区。因处于四周较低中间相对隆起的高地上,常年气温较低,云雾多,日照少,具有低纬度山地湿润气候特点,年降水量为1 300~1 350 mm,年平均相对湿度超过82%,具有冬无严寒、夏无酷暑、降雨充沛、空气清新、无霜期长等特点,为动植物的生长繁衍提供了良好的生存环境。

1.2 研究方法 2014—2016年开展宽阔水国家级自然保护区生物多样性资源补充调查,进一步查阅野生蔬菜相关书籍与文献资料^[5,10-11],并结合知情人士访谈法,明确该区野生蔬菜(含部分逸为野生种)的物种种名,分析野生蔬菜的分布、资源丰富度、食用部位、处理方法、食用调制、食用价值等。最后根据资源丰富度、食用价值、人们喜食程度等指标,筛选出保护区主要维管植物类野生蔬菜名录。

2 结果与分析

2.1 种类组成 根据调查筛选,宽阔水国家级自然保护区维管束植物中有46科85属100种可作为蔬菜食用。其中,蕨类植物2科2属2种,种子植物(裸子植物和被子植物)44科83属98种。在种子植物中,裸子植物1科1属1种,被子

基金项目 环保部生物多样性专项。

作者简介 杨雪(1987—),女,贵州遵义人,助理工程师,从事自然保护区管理研究。*通讯作者,工程师,从事野生植物保护与利用研究。

收稿日期 2017-04-24

植物43科82属97种,其中,双子叶植物39科71属82种,单子叶植物4科11属15种。可见,被子植物尤其双子叶植物纲在科、属、种的数目上皆占绝对优势(表1)。

表1 宽阔水国家级自然保护区维管束植物类野生蔬菜的种类组成

Table 1 Species composition of vascular plant wild vegetables in Kuantional Nature Reserve

植物类群 Plant groups	科数 Family number	属数 Genera number	种数 Species number
蕨类植物 Fern	2	2	2
裸子植物 Gymnosperm	1	1	1
被子植物 Angiosperm	双子叶植物	39	71
	单子叶植物	4	11
合计 Total	46	85	100

2.2 优势科组成 以植物科为单位,统计各科所含植物种类,可以反映出组成宽阔水国家级自然保护区野生蔬菜资源的多样性。按物种数量排序,具有3种及以上的有10个科,共含44个属,占总属数的51.78%;含植物种53个,占总种数的53.00%。其中排在前三位的分别是菊科(Asteraceae)、禾本科(Poaceae)、百合科(Liliaceae)、五加科(Araliaceae)、豆科(Fabaceae)(表2)。具有2种及以上的有14个属,占总属数的16.47%,其余都是1属1种。可见,该区野生蔬菜优势科明显,优势属不突出。同时,具有1个属种的科及具有1个种的属很普遍,约占保护区野生蔬菜科和属的3/4以上。

2.3 资源多样性 从资源丰富度来看,这些种多为广布种和极广布种,少数为零星分布种。从食用部位看,宽阔水国家级自然保护区主要野生蔬菜的可食用部位涉及植物的根、茎、叶、花、果实,具体包括根、幼苗或嫩苗、嫩芽、嫩茎、嫩笋、嫩茎叶、嫩叶、叶片、花、花序、花瓣、花蕾、果实、坚果及变态器官根状茎,具有显著的多样化特点(表3)。保护区野生蔬菜食用部位主要为叶,共76种(按主要食用部位,下同),占保护区野生蔬菜的76%;其次是花,共20种;再次分别为苗17种,根12种,茎和嫩笋各7种,果实7种,种子1种。

表2 宽阔水国家级自然保护区野生蔬菜优势科统计

Table 2 Statistics of dominant family of wild vegetable in Kuantional Nature Reserve

科名 Family name	属数 Genera number	占总属的 比率 Percentage of total genera//%	种数 Species number	占总种数 的比率 Percentage of total species//%
菊科 Asteraceae	8	9.41	9	9.00
禾本科 Poaceae	5	5.88	7	7.00
百合科 Liliaceae	4	4.71	6	6.00
五加科 Araliaceae	4	4.71	5	5.00
豆科 Fabaceae	5	5.88	5	5.00
蓼科 Polygonaceae	4	4.71	5	5.00
伞形科 Apiaceae	4	4.71	4	4.00
蔷薇科 Rosaceae	4	4.71	4	4.00
十字花科 Brassicaceae	3	3.53	4	4.00
樟科 Lauraceae	3	3.53	4	4.00
合计 Total	44	51.78	53	53.00

从食用方式看,宽阔水自然保护区野生蔬菜的主要食用方式有4种(表3),即鲜用、干制、蕨粉、腌制。这些野生蔬菜都可以鲜用,有些种类也可以干制(18种),或者腌制(10种)。该保护区野生蔬菜有丰富的烹调方法,有炒、炖、烩、凉拌、粥、开水调食、汤、蘸水、蒸、菜豆腐、熬糖、花粉制饼烤食、泡酸菜、粉等,以炒、凉拌为主,其次是做汤和炖。

从食用价值看,绝大多数可作主料,少数为配料或佐料。

从民间调查的喜食程度看,极为喜欢食用的主要集中在人们比较熟知的传统野菜少数种类上,有21种,占21%。如紫萁(*Osmunda japonica*)、蕨(*Pteridium aquilinum var. latiusculum*)、清香木姜子(*Litsea euosma*)、蕺菜(*Houttuynia cordata*)、藜(*Chenopodium album*)、何首乌(*Fallopia multiflora*)、垂盆草(*Sedum sarmentosum*)、金佛山方竹(*Chimonobambusa utilis*)和香椿(*Toona sinensis*)等,这些种类也是保护区野生资源比较丰富的种类。尤其金佛山方竹、蕺菜不但资源多,而且口感好,在当地普遍食用,逐渐发展成为一定的产业。

表3 宽阔水国家级自然保护区野生蔬菜资源食用分类统计

Table 3 Classified statistics of edible wild vegetable resources in kuantional Nature Reserve

序号 No.	种名 Species name	拉丁名 Latin name	食用部位 Edible parts	食用方式 Edible way	烹调方法 Cooking method	食用价值 Food value	喜食程度 Preference
1	紫萁	<i>Osmunda japonica</i>	嫩叶、根状茎	鲜用、干制、蕨粉	炒、烩、凉拌、粥食	主料或配料	*****
2	蕨	<i>Pteridium aquilinum var. latiusculum</i>	嫩叶、根状茎	鲜用、腌制、蕨粉	炒食、凉拌、开水冲调食	主料或配料	*****
3	华山松	<i>Pinus armandii</i>	种子、花粉	鲜用	炒、炖或粥食、花粉可掺入面粉等制成饼烤食	主料或配料	***
4	猴樟	<i>Cinnamomum bodinieri</i>	果实	鲜用或干制	炖食	配料	**
5	香叶树	<i>Lindera communis</i>	叶片	鲜用、干制	炖食	调味品	**
6	清香木姜子	<i>Litsea euosma</i>	花蕾	鲜用、腌制	炖、做蘸水或做汤	调料	*****
7	毛叶木姜子	<i>Litsea mollis</i>	花蕾、果实	鲜用、腌制	炖、做蘸水或做汤	调料	*****
8	蕺菜	<i>Houttuynia cordata</i>	根状茎、嫩茎叶	鲜用	炒食、凉拌、做馅、做汤	主料或配料	*****
9	白木通	<i>Akebia trifoliata</i>	果实	鲜用	生食、煮、烩或做甜菜	主料或配料	***
10	枸树	<i>Broussonetia papyrifera</i>	嫩叶、雄花序	鲜用	饭中蒸食或制成菜豆腐,掺入面粉蒸食	配料	**
11	地瓜藤	<i>Ficus tikoua</i>	榕果	鲜用	生食或炖食	主料或配料	*
12	糯米团	<i>Gonostegia hirta</i>	嫩茎叶、肥根	鲜用	炒食、做汤、饭中蒸食、炖食	主料或配料	***

接下表

续表 3

序号 No.	种名 Species name	拉丁名 Latin name	食用部位 Edible parts	食用方式 Edible way	烹调方法 Cooking method	食用价值 Food value	喜食程度 Preference
13	甜槠栲	<i>Castanopsi eyrei</i>	坚果	鲜用、干制	炒、蒸、炖食	主料或配料	* * *
14	茅栗	<i>Castanea seguinii</i>	坚果	鲜用、干制	炒、蒸、炖食	主料或配料	*
15	白栎	<i>Quercus fabri</i>	蒴萸花序	鲜用、干制	蒸食、制成粉掺入面粉中烙饼食	调料	*
16	商陆	<i>Phytolacca acinosa</i>	嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤、做菜豆腐	主料或配料	* *
17	藜(灰菜)	<i>Chenopodium album</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤、做馅	主料或配料	* * * * *
18	小藜	<i>Chenopodium serotinum</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤、做馅	主料或配料	* * * * *
19	牛膝	<i>Achyranthes bidentata</i>	嫩苗及嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤、凉拌	主料或配料	*
20	喜旱莲子草	<i>Alternanthera philoxeroides</i>	嫩茎叶	鲜用	炒食、涮火锅	主料或配料	*
21	绿苋	<i>Amaranthus hybridus</i>	嫩苗及嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤、凉拌	主料或配料	* * * *
22	土人参	<i>Talinum paniculatum</i>	肉质根、嫩茎叶	鲜用	炖食、炒食、做汤	配料	*
23	繁缕	<i>Stellaria media</i>	嫩苗及嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤、凉拌	主料或配料	* * *
24	金荞麦	<i>Fagopyrum dibotrys</i>	嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤	主料或配料	* * * * *
25	何首乌	<i>Fallopia multiflora</i>	块根、嫩茎叶	鲜用	炖食、粥食、炒食、做汤	配料	* * * * *
26	虎杖	<i>Reynoutria japonica</i>	嫩茎叶	鲜用	生食、炒食、做汤	主料或配料	* * *
27	齿果酸模	<i>Rumex dentatus</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤	主料或配料	* *
28	羊蹄	<i>Rumex japonicus</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤	主料或配料	* *
29	木槿	<i>Hibiscus syriacus</i>	花瓣	鲜用	炒食、做汤或粥食	配料	* *
30	绞股蓝	<i>Gynostemma pentaphyllum</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤	主料或配料	* *
31	垂柳	<i>Salix babylonica</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、蒸食、做馅	主料或配料	*
32	芥	<i>Capsella bursa-pastoris</i>	幼苗、嫩叶	鲜用	凉拌、炒、做汤、做馅、粥食	主料或配料	* * * * *
33	豆瓣菜	<i>Nasturtium officinale</i>	嫩茎叶	鲜用	火锅烫食、凉拌、炒食	主料或配料	* * * * *
34	蔊菜	<i>Rorippa dubia</i>	幼苗、嫩茎叶	鲜用	炒、做汤、粥食	主料或配料	* * *
35	印度蔊菜	<i>Rorippa indica</i>	幼苗、嫩茎叶	鲜用	炒、做汤、粥食	主料或配料	* * *
36	杜鹃	<i>Rhododendron simsii</i>	花瓣	鲜用	炒食或做汤	主料或配料	* *
37	凹叶景天	<i>Sedum emarginatum</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、炖食	主料或配料	* * * * *
38	垂盆草	<i>Sedum sarmentosum</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、炖食	主料或配料	* * * * *
39	虎耳草	<i>Saxifraga stolonifera</i>	嫩叶	鲜用	炒、煮食	主料或配料	* * *
40	桃	<i>Amygdalus persica</i>	花瓣	鲜用	炒食或粥食	配料	* * *
41	柔毛水杨梅	<i>Geum japonicum</i> var. <i>chinense</i>	嫩茎叶	鲜用	炒、炖食	主料或配料	* * *
42	金樱子	<i>Rosa laevigata</i>	果实	鲜用	生食、炖食或熬糖	主料或配料	* *
43	悬钩子蔷薇	<i>Rosa rubus</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食	主料或配料	* *
44	合欢	<i>Albizia julibrissin</i>	嫩叶芽	鲜用、腌制	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* * *
45	皂荚	<i>Gleditsia sinensis</i>	嫩叶、种子	鲜用	凉拌、炒食、炖食	主料或配料	* *
46	野葛	<i>Pueraria lobata</i>	块根	鲜用、干制	生食、炒、粥食、粉丝、面条、糕点或饮料	主料或配料	* * * * *
47	广布野豌豆	<i>Vicia cracca</i>	花瓣、嫩叶、嫩芽	鲜用	炒、蒸、凉拌、做馅	主料或配料	* * * * *
48	白车轴草	<i>Trifolium repens</i>	嫩茎叶	鲜用	汤食	主料或配料	* *
49	漆树	<i>Toxicodendron vernicifluum</i>	嫩叶芽	鲜用	凉拌或炒食	主料或配料	*
50	香椿	<i>Toona sinensis</i>	嫩茎叶、芽	鲜用、腌制、干制	炒、做汤、做馅、凉拌、炸食	主料或配料	* * * * *
51	竹叶椒	<i>Zanthoxylum planispinum</i> var. <i>dingtanensi</i>	果实	鲜用、干制	炆、炖或腌制时使用	调味料	* *
52	酢浆草	<i>Oxalis corniculata</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	*
53	铜锤草	<i>Oxalis corymbosa</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	*
54	椴木	<i>Aralia elata</i>	嫩芽、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* * *
55	藤五加	<i>Eleutherococcus leucorrhizus</i>	嫩芽、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* * *
56	白蘼	<i>Eleutherococcus trifoliatus</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* * * * *
57	刺楸	<i>Kalopanax septemlobus</i>	嫩芽	鲜用	开水烫过后,凉拌或炒食	主料或配料	* *
58	穗序鹅掌柴	<i>Schefflera delavayi</i>	嫩茎	鲜用	炒食	主料或配料	*
59	鸭儿芹	<i>Cryptotaenia japonica</i>	嫩苗	鲜用	凉拌或炒食	主料或配料	* * * * *
60	野胡萝卜	<i>Daucus carota</i>	肉质根、叶	鲜用、腌制	炒、炖或蒸食	主料或配料	* * * *
61	天胡荽	<i>Hydrocotyle sibthorpioides</i>	嫩茎叶	鲜用	蒸食	配料	* * * * *
62	水芹	<i>Oenanthe javanica</i>	嫩苗	鲜用、腌制	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* * * * *
63	龙葵	<i>Solanum nigrum</i>	嫩茎叶	鲜用	炒食或煮食	主料	* *
64	旋花	<i>Calystegia sepium</i>	嫩茎叶	鲜用	开水烫过后,凉拌、炒食或做汤	主料或配料	* *
65	臭牡丹	<i>Clerodendrum bungei</i>	嫩茎叶、嫩花、嫩壮根	鲜用	炒食、做汤、炖食	主料或配料	*
66	益母草	<i>Leonurus japonicus</i>	嫩茎叶	鲜用	炒食、做汤或粥食	主料或配料	* * *
67	夏枯草	<i>Prunella vulgaris</i>	嫩茎叶、花穗	鲜用、干制	凉拌、炒食、做汤、粥食、蒸食	主料或配料	* *
68	车前草	<i>Plantago asiatica</i>	嫩苗、嫩叶	鲜用	凉拌、炒、蒸、粥或做汤	主料或配料	* * *
69	大车前	<i>Plantago major</i>	嫩苗、嫩叶	鲜用	凉拌、炒、蒸、粥或做汤	主料或配料	* * *

接下表

续表3

序号 No.	种名 Species name	拉丁名 Latin name	食用部位 Edible parts	食用方式 Edible way	烹调方法 Cooking method	食用价值 Food value	喜食程度 Preference
70	女贞	<i>Ligustrum lucidum</i>	花朵	鲜用	蒸或炒食	配料	*
71	桂花	<i>Osmanthus fragrans</i>	花朵	鲜用	蒸、粥食、做馅或做汤	配料	**
72	羊乳	<i>Codonopsis lanceolata</i>	肥根、嫩茎叶	鲜用、腌制	凉拌、炒、炖食、做汤	主料或配料	**
73	梔子	<i>Gardenia jasminoides</i>	花瓣	鲜用	炸或粥食	主料或配料	*
74	忍冬	<i>Lonicera japonica</i>	花瓣、嫩叶	鲜用、干制	凉拌、炒食、做汤、粥食或泡茶	配料	**
75	川续断	<i>Dipsacus asper</i>	肉质根	鲜用	炒、炖食或粥食	主料或配料	***
76	钻形紫菀	<i>Aster subulatus</i>	嫩苗、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、做汤或涮火锅	主料或配料	****
77	三脉紫菀	<i>Aster ageratoides</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、火锅	主料	****
78	蓟	<i>Cirsium japonicum</i>	嫩叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	**
79	刺儿菜	<i>Cirsium setosum</i>	嫩苗、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、粥食、做汤或做渣豆腐	主料或配料	****
80	野苘蒿	<i>Crassocephalum crepidioides</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食、做汤或做馅	主料或配料	***
81	牛膝菊	<i>Galinsoga parviflora</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做汤	主料或配料	**
82	鼠麴草	<i>Gnaphalium affine</i>	嫩苗、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、做汤或掺入糯米中蒸、炸食	主料或配料	****
83	马兰	<i>Kalimeris indica</i>	嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、炖、做汤、做馅或粥食	主料或配料	****
84	苦苣菜	<i>Sonchus oleraceus</i>	嫩苗、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒、做馅或做汤	主料或配料	**
85	红果黄鹌菜	<i>Youngia erythrocarpa</i>	嫩苗、嫩叶	鲜用	凉拌、炒、做汤或做馅	主料或配料	**
86	鸭跖草	<i>Commelina communis</i>	嫩苗、嫩茎叶	鲜用、干制	凉拌、炒、烫、煮、蒸食	主料或配料	*
87	慈竹	<i>Bambusa emeiensis</i>	嫩笋	鲜用	炒、炖或做汤	主料或配料	*
88	狭叶方竹	<i>Chimonobambusa angustifolia</i>	嫩笋	鲜用、干制	炒食或做汤	主料或配料	**
89	金佛山方竹	<i>Chimonobambusa utilis</i>	嫩笋	鲜用、干制	炒、炖食或做汤	主料或配料	****
90	梁山慈竹	<i>Dendrocalamus farinosus</i>	嫩笋	鲜用	炒食或做汤	主料或配料	*
91	桂竹	<i>Phyllostachys bambusoides</i>	嫩笋	鲜用	炒食或做汤	主料或配料	**
92	水竹	<i>Phyllostachys heteroclada</i>	嫩笋	鲜用、干制	炒食或做汤	主料或配料	*
93	苦竹	<i>Pleioblastus amarus</i>	嫩笋	鲜用、腌制	炒食或做汤	主料或配料	*
94	芭蕉	<i>Musa basjoo Siebold</i>	花瓣	鲜用	炒食或炖食	配料	*
95	薤白	<i>Allium macrostemon</i>	鳞茎、嫩茎叶	鲜用	凉拌、炒食或做馅	主料或配料	****
96	萱草	<i>Hemerocallis fulva</i>	花瓣、嫩苗、嫩叶	鲜用、干制	炒、烧食、炒食、做汤或粥食	主料或配料	**
97	野百合	<i>Lilium brownii</i>	鳞茎、花	鲜用、干制	炒、炖、蒸食、做汤、粥食等,或制成百合粉冲食	主料或配料	****
98	湖北百合	<i>Lilium henryi</i>	鳞茎	鲜用、干制	炒、炖、做汤或粥食	主料或配料	**
99	菝葜	<i>Smilax china</i>	嫩茎	鲜用、腌制	炒食或泡酸菜	主料或配料	**
100	黑果菝葜	<i>Smilax glaucocchina</i>	嫩茎	鲜用、干制	炒食或泡酸菜	主料或配料	**

注:****极喜食用,***喜食用,**一般,*较少食用,*偶尔食用

Note:**** greatly joy to eat,*** likes to eat,** general,* less food,* occasional

3 保护与利用建议

3.1 资源保护及惠益于民建议 自然保护区的主要职能是保护生物多样性及赖以生存的生态环境,实现资源的可持续利用,既惠益于当今,又惠益于子孙后代。但除了核心区禁止开发利用外,保护区的缓冲区和试验区通过科学合理的规划和管理,可以适当开展非破坏性的种植业、养殖业、旅游业等间接利用活动,以增加保护区农民的收入,减少当地农民对保护区资源的过多依赖和直接破坏,从而减少保护区管理压力。宽阔水国家级自然保护区具有丰富的旅游资源和野菜资源,可以合理规划,科学管理,在不影响生态环境与生物多样性保护的前提下,适当开展旅游,发展野菜产业,相互带动,和谐发展。

3.2 加强野生蔬菜基础研究 笔者列出的宽阔水自然保护区除了100种主要维管植物类野菜外,还有大量可供食用的其他野菜资源,但由于相关基础研究薄弱,对很多物种尚不了解。并且关于保护区及周边地区野生蔬菜资源蕴藏量、种群生产力、生境与成分的相关性、栽培技术、加工工艺、保鲜技术等方面的研究基本上是空白。今后应考虑到野生蔬菜

资源的区域性特点,优先开展资源蕴藏量及民间利用知识和经验的调查研究,为该区野生蔬菜开发利用提供基础资料。此外,应筛选优质的野生蔬菜资源,进行综合开发利用。

参考文献

- [1] 吴征镒. 植物资源的合理利用与保护[C]//云南生物资源合理开发利用论文集. 昆明:云南人民出版社,1987:10-19.
- [2] 刘胜祥. 植物资源学[M]. 2版. 武汉:武汉出版社,1994:1-4.
- [3] 杨毅,傅运生,王万贤. 野菜资源及其开发利用[M]. 武汉:武汉大学出版社,2000.
- [4] 汪兴汉. 野生蔬菜的开发与利用[M]. 北京:科学出版社,2002:4-6.
- [5] 苟光前. 野菜图谱[M]. 贵阳:贵州科技出版社,2009.
- [6] 刘奇,刘刚. 我国山野菜资源开发利用现状与发展对策[J]. 中国林副特产,2011(4):102-104.
- [7] 孙晓慧,郑奎玲,廖莉玲,等. 八种野菜氨基酸及维生素的含量分析[J]. 食品工业科技,2012,33(12):61-63.
- [8] 李德明,蔡兴来,符坚. 海南省几种主要野菜与常见叶类比较[J]. 黑龙江农业科学,2014(10):168.
- [9] 邓爱妮,周聪,段云,等. 海南地区野生蔬菜研究进展及开发利用概况[J]. 热带农业科学,2015,35(2):22-27.
- [10] 喻理飞. 宽阔水自然保护区综合科学考察集[M]. 贵阳:贵州科技出版社,2003.
- [11] 刘忠荣. 云南野生蔬菜名录[J]. 昭通师范高等专科学校学报,2004,26(2):16-22.