

DOI: 10.5846/stxb201903080443

赵栋昌, 刘锋. 基于民族生态学视角的贵州苗族食用野菜多样性研究. 生态学报, 2020, 40(15): 5397-5407.

Zhao D C, Liu F. Diversity of edible wild vegetables for Miao Nationality from the perspective of ethnoecology in Guizhou Province. Acta Ecologica Sinica, 2020, 40(15): 5397-5407.

## 基于民族生态学视角的贵州苗族食用野菜多样性研究

赵栋昌<sup>1,2</sup>, 刘 锋<sup>2,\*</sup>

1 贵州大学林学院, 贵阳 550025

2 贵州大学历史与民族文化学院, 贵阳 550025

**摘要:** 基于民族生态学视角, 运用生态学、民族学等学科的理论与方法, 以贵州东南部的雷公山自然保护区为研究区域, 对贵州苗族食用野菜资源及相关传统知识进行了调查研究。结果显示: (1) 贵州苗族传统食用的野菜有 80 种, 隶属 46 科 67 属, 苗族对野菜的食用方式、食用部位呈现出多样性特征; (2) 贵州苗族食用野菜相关传统知识的多样性主要体现在野菜采集文化、野菜处理传统知识、野菜饮食传统文化、野菜相关的苗医药文化、与野菜相关的文学与谚语等 5 个方面; 苗族食用野菜相关传统知识多样性指数  $\alpha$  和  $\beta$  分别为 0.75 和 0.29, 说明贵州苗族食用野菜相关传统知识具有多样而空间分布不连续的特征; (3) 苗族食用野菜种类多样性与野菜相关传统知识  $\alpha$  多样性指数的 Pearson 相关性系数为 0.844, 说明两者具有较强的正相关关系, 食用野菜有关传统知识多样性对食用野菜种类多样性发挥着重要作用。因此, 充分肯定野菜价值、挖掘整理和弘扬民族文化, 促进野菜资源保护与可持续利用具有重要学术价值和现实应用价值。

**关键词:** 苗族; 食用野菜; 传统知识; 多样性; 贵州雷公山区

## Diversity of edible wild vegetables for Miao Nationality from the perspective of ethnoecology in Guizhou Province

ZHAO Dongchang<sup>1,2</sup>, LIU Feng<sup>2,\*</sup>

1 College of Forestry, Guizhou University, Guiyang 550025, China

2 College of History and Ethnic Culture, Guizhou University, Guiyang 550025, China

**Abstract:** The objective of this study was to investigate and study the edible wild vegetable resources and the related traditional knowledge of Miao Nationality. The study area is the national nature reserve of Leigongshan in Guizhou Province. Several theories and methods of ecology and ethnology were used to analyze data and parse results. Results showed that: (1) The total number of 80 species of wild vegetables traditionally eaten by the Miao Nationality in Guizhou, belonging to 46 families and 67 genera. Meantime, the eating ways and eating parts of wild vegetables for Miao nationality have diversity characteristics. (2) The diversity in traditional knowledge relating to edible wild vegetables for Miao Nationality is mainly reflected in five aspects: the culture of collecting wild vegetables, the traditional knowledge of processing wild vegetables, the traditional culture of eating wild vegetables, the Miao medicine culture related to wild vegetables, and the traditional literature and proverbs related to wild vegetables. The  $\alpha$  diversity index of traditional knowledge about edible wild vegetables is 0.75 and the  $\beta$  diversity index is 0.29, indicating the traditional knowledge of edible wild vegetables has the characteristics of diversity and discontinuous spatial distribution by Miao Nationality in Guizhou Province. (3) The Pearson correlation coefficient is 0.844 between the diversity of edible wild vegetables and the  $\alpha$  diversity index of traditional knowledge related to wild vegetables of Miao nationality, which indicates a significant positive correlation between species

**基金项目:** 国家社科基金重大项目(13ZD137); 贵州省生态学一流学科建设项目(GNYL[2017]007)

**收稿日期:** 2019-03-08; **网络出版日期:** 2020-05-21

\* 通讯作者 Corresponding author. E-mail: lfinguiyang@126.com

and traditional knowledge of wild vegetables. The diversity of traditional knowledge related to edible wild vegetables plays an important role in the diversity of edible wild vegetables. Therefore, it is important to promote the protection and sustainable utilization of wild vegetable resources through excavating and carrying forward national culture and fully affirming the value of wild vegetables.

**Key Words:** Miao nationality; edible wild vegetables; traditional knowledge; diversity; Leigongshan area of Guizhou

民族生态学是研究世居民族对生态系统的认知及其与环境之间相互关系的一门交叉学科<sup>[1]</sup>,以民族群体及其所处的自然和社会环境构成的生态系统为研究对象<sup>[2]</sup>。自 20 世纪 50 年代人类学家 Conklin 在对菲律宾 Hanunoo 农业研究中首先提出“民族生态学”概念以来<sup>[3]</sup>,民族生态学在生物多样性保护<sup>[4-9]</sup>、植物资源利用<sup>[10]</sup>、传统知识<sup>[11-13]</sup>等领域取得了很多研究成果,受到学术界的高度关注。

野菜利用及其相关传统知识是植物资源利用与生物多样性保护的重要组成部分,也是民族植物学和民族生态学研究热点,许多国外学者纷纷对津巴布韦<sup>[14]</sup>、尼日利亚<sup>[15]</sup>、巴勒斯坦<sup>[16]</sup>、博茨瓦纳<sup>[17]</sup>、波黑<sup>[18]</sup>、刚果<sup>[19]</sup>、印度<sup>[20]</sup>、黎巴嫩<sup>[21]</sup>、墨西哥<sup>[22]</sup>、伊比利亚半岛<sup>[23]</sup>等国家和地区开展了不同民族传统利用野菜的调查编目、野生食用植物的引种驯化以及传统农业生态系统等方面的研究,取得了重要进展。同时,一些国家也开始着手制定本国专门保护植物资源及其传统知识的法规政策<sup>[24]</sup>。中国因地域广袤、民族众多形成了多样化的野菜利用及其有关传统知识。许多学者对蒙古族<sup>[25]</sup>、壮族<sup>[26]</sup>、彝族<sup>[27]</sup>、佤族<sup>[28]</sup>、基诺族<sup>[29]</sup>、土家族<sup>[30]</sup>、傣族<sup>[31]</sup>等少数民族野生食用植物利用及其有关传统知识进行了调查、编目等基础研究。可以说,这些研究在一定程度上促进了野菜资源利用及其相关传统知识的保护和惠益分享等工作的开展。但相关研究仍存在不足:研究者更多关注区域内当地民族对野菜利用的传统知识,即多数研究是基于当地民族文化影响方面开展的定性描述,而缺少野菜资源利用及其传统知识的定量分析。

贵州苗族是我国西南地区世居少数民族之一,在野菜食用方面积累了丰富的传统知识和经验,在苗族社群中至今仍保留着采集食用野菜传统。目前,对于贵州苗族野菜利用及其传统知识的研究仅是零星、散落在苗族饮食文化<sup>[32]</sup>、苗族野生植物资源利用<sup>[33-34]</sup>、苗族传统文化<sup>[35]</sup>等研究中,而全面、系统调查和研究贵州苗族野菜资源相对欠缺。因此,本研究在对贵州苗族食用野菜资源利用及其有关传统知识进行深入调查与编目基础上,借鉴生物多样性理论和方法对苗族食用野菜相关的传统知识进行多样性计算分析,并采用拟合回归对苗族食用野菜种类多样性与野菜有关传统知识多样性关系进行分析。通过研究,一方面,以期促进贵州苗族野菜有关传统知识的挖掘整理与保护传承,利于当地生物多样性的保护与可持续利用;另一方面,以期促进野菜利用有关传统知识研究的量化表达,为民族传统文化定量研究提供一个探索性的研究方法。

## 1 研究区概况

苗族是一个古老的民族,散布在世界各地,主要分布于中国、东南亚的老挝、越南、泰国等国家和地区,总人口数达 1000 多万。其中,雷公山区是我国西南地区苗族高度聚居的主要区域,居住总人口约 40 万,苗族人口占 90% 以上,素有苗族大本营之称,是贵州苗族的中心<sup>[36]</sup>。雷公山苗族作为典型的山地民族<sup>[37,38]</sup>,由于长期的生产、生活与山地生态环境和植物资源建立了良好的关系,渐渐形成了山地民族利用野菜资源及其传统知识的独特认知,并在对其利用与保护中表现出来。

本文所取雷公山自然保护区为研究区域。雷公山自然保护区地处贵州省东南部,位于东经 108°05′—108°24′,北纬 26°15′—26°32′,总面积 47300 hm<sup>2</sup>。雷公山自然保护区管辖 13 个乡(镇),45 个自然村寨,122 个村民组,总户数为 6662 户,共 28369 人,人口密度每平方公里 26 人。农业人口占区内总人口的 95%,苗族人口占总人口的 98% 以上。雷公山自然保护区地处中亚热带季风山地湿润气候区,属于高中、中、低地貌,海拔最低处为 650 m,最高处达到 2178.8 m,最高处与最低处海拔之差为 1528.8 m;年平均气

温 14.3℃,夏日平均气温 23.5℃,冬日平均气温 3.6℃,温暖湿润,相对湿度 85%—91%,雨量充沛,年降雨量 1300—1600 mm<sup>[39]</sup>。优越的自然地理条件,孕育了丰富的生物资源,根据历次科学考察结果显示,保护区内共有各类生物 5084 种,其中动物 2239 种,高等植物 2582 种,大型菌物 263 种<sup>[40]</sup>。

根据雷公山国家自然保护区的自然环境条件和人口分布特点,选取 26 个典型苗族村寨作为田野调查点对苗族食用野菜及其相关传统知识进行调查(表 1)。

表 1 苗族食用野菜及相关传统知识调查点

Table 1 Edible wild vegetables and related traditional knowledge survey points by Miao Nationality

海拔 Altitude	调查村寨 Study villages	村寨主要森林覆盖类型 Main forest cover types of villages
<1000 m	昂英村、石灰河村、丹江村、交包村、提香村、水寨村、乌尧村、平祥村、开屯村、新桥村、干脑村、桃江村、毛坪村	马尾松、杉木林
1000—1300 m	格头村、陡寨村、山湾村、乔歪村、岩寨村、乔洛村、乌独村、雀鸟村、上南刀村	以甜槠栲、丝栗栲为主的常绿阔叶林
>1300 m	乌东村、干角村、高岩村、交腊村	以光皮桦、化香、响叶杨为主的落叶阔叶林

## 2 研究方法

### 2.1 苗族食用野菜资源及相关传统知识多样性调查

通过文献资料查阅和关键人物访谈,对苗族食用野菜资源及其相关传统知识进行分类、整理和编目。

(1) 基于贵州植物志<sup>[41]</sup>、中国野菜资源学<sup>[42]</sup>、野菜实用图鉴<sup>[43]</sup>等建立野菜资源数据库,筛选出在雷公山区有分布的野生植物,结合地方志、食谱等相关文献资料进行搜集核证。

(2) 采用民族植物学研究中常用的关键人物访谈和参与式观察法来获取苗族对野菜利用及传统知识。在调查过程中应用“5W+1H”提问法访谈<sup>[44]</sup>,即 What(野菜叫什么)、When(何时采)、Where(何地采)、Which(食用哪个部位)、Why(为什么这样采集、食用)及 How m(怎么吃,吃多少)。同时,在野外调查过程中跟随信息报告人在野外认识、采集野菜并拍摄照片留存,以获取和记录有关野菜资源的民族植物学资料。最终,通过随机访谈、关键人物访谈、半结构访谈方法等研究方法,共调查 315 人。信息报告人主要以村委会干部、德高望重的村寨老人(寨老)、苗家妇女、苗药医师为主;年龄在 12—90 岁之间,主要集中在 40—78 岁。

### 2.2 苗族食用野菜有关传统知识多样性定量分析

在词条编目的基础上,借鉴生物多样性指数中的  $\alpha$  多样性(Simpson 指数)和  $\beta$  多样性(Whittaker 指数)<sup>[45]</sup>指数的计算方法和有关研究<sup>[46]</sup>,建立苗族食用野菜相关传统知识多样性指数  $D_{S-TK}$  和  $\beta_{W-TK}$ 。

(1) 苗族食用野菜相关传统知识的  $\alpha$  多样性指数计算。物种的  $\alpha$  多样性主要是指局域生境内部的物种多样性。在计算传统知识的多样性时,将传统知识所在的苗族村寨视为其所在的局域生境,将每一类与野菜相关的传统知识视为物种,则每一类别(传统知识的主要类型)下的传统知识词条数目则可视为物种数。由此,苗族食用野菜有关传统知识的  $\alpha$  多样性指数  $D_{S-TK}$  :

$$D_{S-TK} = 1 - \sum_{i=1}^s \frac{n_i(n_i - 1)}{N(N - 1)} \quad (1)$$

式中,  $N$  为研究中记录的与食用野菜相关的传统知识词条的总数,  $n_i$  为每一类别的传统知识的词条数目,  $s$  为食用野菜相关的传统知识类别数。  $D_{S-TK}$  值越大,表明食用野菜相关的传统知识的丰富性越高,则该区域的传统知识的多样性越高。

(2) 苗族食用野菜相关传统知识的  $\beta$  多样性指数计算。  $\beta$  多样性指沿环境梯度不同生境之间物种组成的相异性。本文将区域内的不同海拔高度的苗族村寨视为野菜相关传统知识在区域内的不同生境,借鉴 Whittaker 指数,则苗族食用野菜有关传统知识的  $\beta$  多样性指数  $\beta_{W-TK}$  :

$$\beta_{W-TK} = \frac{S}{ma} - 1 \quad (2)$$

式中, $S$ 为苗族食用野菜有关传统知识词条总数, $ma$ 为各苗寨的平均词条数。 $\beta_{W-TK}$ 值越高,表明不同苗寨间的与食用野菜相关的传统知识的异质性越高,可表征野菜相关的传统知识在空间分布的不连续性。

### 2.3 统计分析

采用 SPSS 21.0 对数据进行相关性分析,分析苗族食用野菜种类多样性与野菜有关传统知识多样性的关系。

## 3 结果与分析

### 3.1 苗族食用野菜多样性特征

#### 3.1.1 食用种类的多样性

调查结果显示,苗族传统常用野菜总共 80 种,隶属 46 科 67 属(附表 1)。其中,种数最多的是菊科(Compositae)有 10 种;其次,百合科(Liliaceae)有 6 种;禾本科(Gramineae)有 5 种;伞形科(Umbelliferae)、唇形科(Labiatae)各有 4 种;蓼科(Polygonaceae)、杜鹃花科(Ericaceae)、壳斗科(Fagaceae)各有 3 种;菝葜科(Smilacaceae)、蕨科(Pteridiaceae)、马齿苋科(Portulacaceae)、樟科(Lauraceae)、银耳科(Tremellaceae)各有 2 种;其余 32 科都只有 1 种。

#### 3.1.2 食用部位、方式的多样性

在苗族社群中,人们根据所取食植物的部位或器官来进行分类,通常分为根菜类、叶茎菜类、花菜类、果菜类、真菌菜类等 5 类(附表 1)。结果显示,苗族食用野菜部位以嫩茎叶类最多,占总数 55%;其次是根菜类,占总数的 15%;全株类(主要是真菌类)野菜占总数的 11.25%;果菜类占总数的 10%;花菜类的最少,占总数的 8.75%等。另外,苗族食用野菜的主要方式包括生食、凉拌、腌食、炒食、炖食、涮食(涮火锅)、做汤、做馅、蒸食、粥食、泡酒、作主配调料等 12 种方式(表 2)。分析可知,对不同食用方式所对应的相关野菜达 236 种次,远远多于当地食用全部野菜种类数,这是由部分同种植物有着多样性的食用方式所致。

表 2 雷公山苗族野菜食用的主要类型

Table 2 Edible types of wild herbs utilized by Miao Nationality in Leigong Mountain

食用类型 Food categories	生食 Eat raw food	凉拌 Cold and dressed with sauce	炒食 Fry	腌食 Pickling	炖食 Stew	涮食 Rinse	做汤 Make soup	做馅 Make stuffing	蒸食 Steamed food	粥食 Porridge food	泡酒 Sparkling wine	作主配 调料 Seasoning
相关种类数 Number of related species	8	28	29	12	12	51	40	10	11	4	4	27

### 3.2 苗族食用野菜相关传统知识多样性分析

#### 3.2.1 苗族食用野菜相关传统知识编目

苗族在对野菜资源认识、采集、食用过程中,创造并积累了大量的传统知识和文化,根据调查结果,共编目现存的雷公山苗族食用野菜有关传统知识词条 52 个(表 3)。其中,与野菜采集相关的传统文化词条 7 个;与野菜处理相关的传统知识词条 7 个;与野菜饮食相关的传统文化词条 16 个;与野菜相关的苗医药文化词条 19 个;与野菜相关的传统文学艺术与谚语词条 3 个。

#### 3.2.2 食用野菜相关传统知识多样性计算分析

##### (1) $\alpha$ 多样性

根据上文可知,苗族食用野菜相关传统知识共分为 5 个大类,编目词条总数为 52 个。通过运用公式(1)计算可知,雷公山苗族食用野菜有关传统知识的多样性指数为 0.75,说明雷公山苗族食用野菜有关传统知识的多样性很高。同时,对被调查的 26 个苗寨分别计算野菜相关传统知识的多样性指数  $D_{s-TK}$ (表 4)。其结果显示  $\alpha$  多样性指数在 0.54—0.79 范围之间,呈现出较高的多样性,体现了雷公山苗寨野菜有关传统知识的丰富性,这也与实际调查情况比较相符。

表 3 雷公山苗族食用野菜相关的传统知识编目

Table 3 Catalogue of traditional knowledge related to edible wild vegetables of Miao Nationality in Leigong Mountain

类别 Categories	子类别 Subcategory	数量 Number
与野菜采集相关的传统文化 Traditional culture related to wild vegetable collection	宗教信仰与生态伦理(万物有灵论)	2
与野菜处理相关的传统知识 Traditional knowledge related to wild vegetable processing	村规民约(榔规、习惯法、村规、民约等)	5
与野菜饮食相关的传统文化 Traditional culture related to wild vegetable diet	野菜传统加工技术(鲜用、干制、腌渍、酿制)	4
	野菜传统装储技术(干储存、木桶和腌制瓦罐储存)	3
	食酸文化	1
	食辣-火锅文化(火塘-火锅文化)	3
	节庆饮食文化(三月三、爬坡节、吃新节、姊妹节、苗年、鼓藏节等)	6
	传统野菜地理标志产品知识(雷山鱼酱酸汤鱼、雷公山黑毛猪袍汤火锅、雷公山野生天麻炖土鸡火锅、雷公山苗家土鸡稀饭、雷公山银球茶香鸭、雷公山野生花菇炖小香鸡等)	6
与野菜相关的苗医药文化 Miao medicine culture related to wild vegetables	传统医药理论	1
与野菜相关的文学与谚语 Literature and proverbs related to wild vegetables	养生与传统“药食同源”文化	18
	文学	2
	谚语	1

表 4 雷公山苗寨野菜相关传统知识的  $\alpha$  指数

Table 4  $\alpha$  index of traditional knowledge related to wild vegetables in Miao village of Leigong Mountain

村寨 Study villages	$\alpha$ 指数 $\alpha$ index	村寨 Study villages	$\alpha$ 指数 $\alpha$ index	村寨 Study villages	$\alpha$ 指数 $\alpha$ index
昂英村	0.73	新桥村	0.67	乔洛村	0.62
石灰河村	0.64	干脑村	0.59	乌独村	0.61
丹江村	0.74	桃江村	0.66	雀鸟村	0.62
交包村	0.64	毛坪村	0.71	上南刀村	0.60
提香村	0.67	榕头村	0.79	乌东村	0.71
水寨村	0.58	陡寨村	0.72	干角村	0.68
乌尧村	0.59	山湾村	0.57	高岩村	0.54
平祥村	0.68	乔歪村	0.56	交腊村	0.65
开屯村	0.62	岩寨村	0.70		

(2)  $\beta$  多样性

运用公式(2)计算苗族食用野菜相关传统知识的多样性指数  $\beta_{W-TK}$ , 见表 5 所示:

表 5 雷公山区不同海拔苗寨食用野菜相关传统知识的  $\beta$  指数

Table 5  $\beta$  Index of traditional knowledge related to edible wild vegetables in Miao Village at different altitudes

不同海拔苗寨 Miao village at different altitudes	平均传统知识条目数 Number of traditional knowledge	$\beta$ 指数 $\beta$ Index
<1000 m	43	0.21
1000—1300 m	40	0.30
>1300 m	38	0.37

由表 5 可知,不同海拔高度的苗寨居民食用野菜相关的传统知识的多样性指数  $\beta_{W-TK}$  在 0.21—0.37 之间,  $\beta$  多样性指数平均值为 0.29。其中海拔高度在 1000 m 以下范围内的苗寨间食用野菜传统知识的同质性相对较高,海拔在 1300 m 以上的苗寨间食用野菜传统知识的异质性较高,这表明在雷公山苗族社群范围内食用野菜相关的传统知识在山脚分布相对集中、而在山腰以上的区域呈现一定程度的异质化分布,空间分布具有不

连续性的特征。

### 3.3 食用野菜种类多样性与有关传统知识相关性分析

苗族食用野菜多样性主要表现在食用种类、食用方式和食用部位等方面,而食用方式和食用部位的多样性最终都体现在食用种类的多样性上。因此,本文通过对苗族食用野菜种类与野菜相关传统知识  $\alpha$  多样性指数进行相关性分析,以此来研究食用野菜种类多样性与有关传统知识多样性关系。结果显示,食用野菜种类与野菜有关传统知识多样性指数的 Pearson 相关性系数为 0.844,  $\text{Sig}(2\text{-tailed}) = 0.000$ 。由此可见,苗族食用野菜种类与野菜相关传统知识  $\alpha$  多样性指数存在着较强的正相关关系。由图 1 也可以得出相同的结论,食用野菜种类与食用野菜相关传统知识  $\alpha$  多样性指数呈现线性关系,随着食用野菜有关传统知识  $\alpha$  多样性指数的逐渐增大,食用野菜种类也在不断增加。这说明食用野菜有关的知传统知识是保持或扩充食用野菜种类数量的主要因素。

## 4 讨论

### 4.1 野菜资源利用与生态环境的关系

一些研究表明,土著民族对资源的利用体现了当地居民对生态环境中的生物和非生物资源的深刻认知,是经过人们长期认识、实践的结果<sup>[47]</sup>。雷公山苗族长期生活在山地林区,山间可种植食用蔬菜的土地稀缺,故采食野生食用植物成为一种生存需要,而雷公山区丰富的植物资源正好为苗族提供了良好的采食条件,扩大了其生态位。在采食野菜时,雷公山苗族遵循植物生长规律,主要采集野菜的地上部分,不破土,以茎叶、花、果实为主,这与蒙古族、壮族<sup>[25,26]</sup>等民族一致,采集很少用到工具。苗族这种传统的野菜采集知识,从科学角度看,这都有利于留存野菜部位的更新、生长,不容易干枯和腐败,不会破坏野菜周围的土壤、微生物环境等,没有对野菜的生长环境和山林生态系统造成破坏。再次,雷公山苗族在野菜最适生长季节采食,可采食的野菜种类也较多,且食用部位和食用方法多样,这些都是苗族长期适应自然环境和生存发展的结果。

### 4.2 野菜资源多样性与传统知识多样性的关系

“生物多样性是人类赖以生存的基本资源,动植物及其生态系统早已融入人们的物质生活和精神生活之中,是形成和发展人类文化的重要物质基础”<sup>[48]</sup>。民族传统文化和生物多样性是密不可分的整体,二者是协同进化的关系<sup>[49]</sup>。雷公山丰富多样的植物资源造就了当地苗族对野菜资源食用的多样化,在此基础上形成了多样性的苗族野菜传统知识(文化)。同时,苗族野菜传统知识又对雷公山植物多样性的组成、结构与功能产生深刻的影响。苗族在利用野菜资源过程中,村寨(社群)所特有的“万物有灵”、“药食同源”等传统知识(文化)对野菜资源的采集、利用方式等产生了重要影响,如“药食同源”文化是苗族对雷公山区潮湿的气候环境和丰富的植物多样性的一种适应体现,这不仅保持与稳定了苗族食用野菜资源的多样性,也有助于当地植物资源多样性保护;苗族的“食酸食辣”文化造就了其好制腌、腊食品的习惯,影响着民众对野菜的利用方式;“节庆饮食文化”中对野菜资源的炒、炖、蒸、粥、调料等充分利用,也使当地民众在平时按更加注重对野菜的保护,以备“重要场合”之用。可以看出,在相同的自然生态背景下,苗族传统知识(文化)的多样性对食用野菜种类多样性的保护发挥了至关重要的作用,这在本文的研究结果中也得到了很好的验证。

传统民族文化保护了植物多样性,多样性的植物资源作为文化的一种载体,又传递着民族传统文化<sup>[50]</sup>。

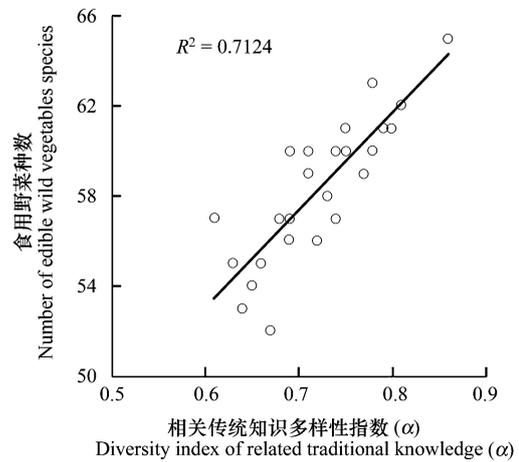


图 1 苗族食用野菜种类与传统知识相关性的线性拟合

Fig. 1 Linear fitting of the correlation between species and traditional knowledge of edible wild vegetables of Miao Nationality

可以说,野菜的食用价值与其所承载的文化价值,这亦是苗族野菜及其传统文化得以保存与不断发展的根本驱动力所在,也是其价值所在。然而,随着经济社会的发展和外来文化的渗透,苗族社群正经历着深刻的变化,传统文化受到冲击,传统生活方式正逐步被现代的、主流生活和消费方式所取代,从而使苗族世代所依赖的资源正在迅速消失。在调查中发现,苗族村寨野菜传统知识很大一部分仅掌握在老人手中,例如对野菜的识别、利用等,一旦这些前辈故去或遗忘,这些传统文化也就会随之消失。因此,大力发掘、整理苗族野菜文化内涵,对苗族所拥有的相关传统知识进行拯救,已显得非常紧迫了。这不仅是民族生态学研究的一个重要课题,也是山地林区民族如何应对经济社会转型与传承民族文化的重要现实挑战。

#### 4.3 野菜资源保护与可持续利用

人类的生存源于对食物的寻觅,从古至今无不如此。野菜资源作为人类填充“饥饿”的重要食物来源,在人类发展史上发挥着重要作用,且随着科学技术的发展,野菜具有丰富的营养价值、延年益寿、保健养生等功效也得到了人们的认同<sup>[51-52]</sup>。目前,野菜作为人类“食物库”的重要资源和“生物基因库”的重要组成部分,促使越来越多的生物学家、生态学家开始采取措施加强保护,以期达到植物基因的留存及其持续利用<sup>[53]</sup>。但是,很多措施都是通过建立自然保护区进行就地保护,而在保护工作中往往忽略就地保护少数民族社区及传统文化对野菜资源保护的重要作用。然而,实际情况是苗族在日常生产生活中,不仅保持和利用了野菜资源,更是保护了其蕴含的传统知识和文化习俗。因此,“现代保护区的管理模式应把周边民族社区居民作为保护区工作的一个重要组成部分,同时将土著民族对资源的传统知识与保护区的保护、管理和发展结合起来,不仅可以解决发展和保护之间的冲突问题,而且也达到了保护和发展的目的,有利于进一步探讨良性的、生态和社会可持续的、与文化相适应的自然资源管理和保护模式”<sup>[47]</sup>。

## 5 结论

本研究是对贵州雷公山苗族食用野菜多样性的初步探讨,研究表明:苗族食用野菜多样性不仅呈现在食用种类、部位、方式等3个客观方面,还隐现在食用野菜有关传统知识的采集、处理、饮食、医药、文学谚语等5个民族文化方面,这体现了苗族食用野菜多样性是当地生态环境与苗族传统知识(文化)相互融合适应的结果;苗族食用野菜相关传统知识(文化)在雷公山区表现出多样和空间分布不连续的特征,且相关传统知识多样性对食用野菜种类多样性保护具有重要作用,这说明在相同的自然生态背景下,民族传统知识(文化)的多样性是影响人们对生物资源利用多样性的关键因素。

#### 参考文献 (References):

- [ 1 ] 冯金朝, 薛达元, 龙春林. 民族生态学的形成与发展. 中央民族大学学报: 自然科学版, 2015, 24(1): 5-10.
- [ 2 ] 杨京彪, 夏建新, 冯金朝, 郭涿, 石莎, 薛达元. 基于民族生态学视角的哈尼梯田农业生态系统水资源管理. 生态学报, 2018, 38(9): 3291-3299.
- [ 3 ] Conklin HC. Section of anthropology: an ethnoecological approach to shifting agriculture. Transactions of the New York Academy of Sciences, 1954, 17(2): 133-142.
- [ 4 ] Gadgil M, Berkes F, Folke C. Indigenous knowledge for biodiversity conservation. *Ambio*, 1993, 22(2/3): 151-156.
- [ 5 ] Wenzel G W. Traditional ecological knowledge and inuit: reflections on TEK research and ethics. *Arctic*, 1999, 52(2): 113-124.
- [ 6 ] Berkes F, Berkes M K, Fast H. Collaborative integrated management in Canada's north: the role of local and traditional knowledge and community-based monitoring. *Coastal Management*, 2007, 35(1): 143-162.
- [ 7 ] Singh R K, Pretty J, Pilgrim S. Traditional knowledge and biocultural diversity: learning from tribal communities for sustainable development in northeast India. *Journal of Environmental Planning and Management*, 2010, 53(4): 511-533.
- [ 8 ] Jiao Y M, Li X Z, Liang L H, Takeuchi K, Okuro T, Zhang D D, Sun L F. Indigenous ecological knowledge and natural resource management in the cultural landscape of China's Hani Terraces. *Ecological Research*, 2012, 27(2): 247-263.
- [ 9 ] Berkes F. Sustainability policy considerations for ecosystem management in central and eastern Europe. *Ecosystem Health and Sustainability*, 2016, 2(8): e01234.
- [ 10 ] Singh R K, Singh A, Pandey C B. Agro-biodiversity in rice-wheat-based agroecosystems of eastern Uttar Pradesh, India: implications for conservation and sustainable management. *International Journal of Sustainable Development & World Ecology*, 2014, 21(1): 46-59.
- [ 11 ] Huntington H P. Using traditional ecological knowledge in science: methods and applications. *Ecological Applications*, 2000, 10(5): 1270-1274.
- [ 12 ] Mukhopadhyay R, Roy S B. Traditional knowledge for biodiversity conservation, maintain ecosystem services and livelihood security in the context of

- climate change: case studies from west Bengal, India. *Journal of Biodiversity*, 2015, 6(1/2): 22-29.
- [13] Negi V S, Pathak R, Sekar K C, Rawal R S, Bhatt I D, Nandi S K, Dhyani P P. Traditional knowledge and biodiversity conservation: a case study from Byans Valley in Kailash Sacred Landscape, India. *Journal of Environmental Planning and Management*, 2018, 61(10): 1722-1743.
- [14] Maroyi A. The gathering and consumption of wild edible plants in Nhema communal area, Midlands Province, Zimbabwe. *Ecology of Food and Nutrition*, 2011, 50(6): 506-525.
- [15] Osemeobo G J. Wild plants in everyday use: conservation towards sustainable livelihoods in Nigeria. *International Journal of Sustainable Development & World Ecology*, 2001, 8(4): 369-379.
- [16] Ali-Shtayeh M S, Jamous R M, Al-Shafie' J H, Elgharabah W A, Kherfan F A, Qarariah K H, Khadair I S, Soos I M, Musleh A A, Isa B A, Herzallah H M, Khlaif R B, Aiash S M, Swaiti G M, Abuzahra M A, Haj-Ali M M, Saifi N A, Azem H K, Nasrallah H A. Traditional knowledge of wild edible plants used in palestine (Northern West Bank): a comparative study. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 2008, 4: 13.
- [17] Flyman M V, Afolayan A J. A survey of plants used as wild vegetables in four districts of Botswana. *Ecology of Food and Nutrition*, 2006, 45(6): 405-415.
- [18] Redzic S J. Wild edible plants and their traditional use in the human nutrition in Bosnia-Herzegovina. *Ecology of Food and Nutrition*, 2006, 45(3): 189-232.
- [19] Termote C, Van Damme P, Djailo B D. Eating from the wild: turumbu indigenous knowledge on noncultivated edible plants, Tshopo District, DR Congo. *Ecology of Food and Nutrition*, 2010, 49(3): 173-207.
- [20] Dad J M, Khan A B. Edible wild plants of pastorals at high-altitude grasslands of Gurez Valley, Kashmir, India. *Ecology of Food and Nutrition*, 2011, 50(3): 281-294.
- [21] Marouf M, Batal M, Moledor S, Talhouk S N. Exploring the practice of traditional wild plant collection in Lebanon. *Food, Culture & Society*, 2015, 18(3): 355-378.
- [22] Diaz-José J, Guevara-Hernández F, Morales-Ríos V, López-Ayala J L. Traditional knowledge of edible wild plants used by indigenous communities in Zongolica, Mexico. *Ecology of Food and Nutrition*, 2019, 58(5): 511-526, doi: 10.1080/03670244.2019.1604340.
- [23] Rigat M, Bonet M À, Garcia S, Garnatje T, Vallès J. Ethnobotany of food plants in the high river Ter valley (Pyrenees, Catalonia, Iberian Peninsula): non-crop food vascular plants and crop food plants with medicinal properties. *Ecology of Food and Nutrition*, 2009, 48(4): 303-326.
- [24] 车明风. 国际传统知识保护的研究进展. *中国药事*, 2005, 19(12): 756-759.
- [25] 满良, 张新时, 哈斯巴根, 额尔德木图. 鄂尔多斯高原蒙古族食用野生植物传统知识的研究. *云南植物研究*, 2007, 29(5): 575-585.
- [26] 黄珂, 苏仕林. 桂西壮族饮食文化中野生食用植物的民族植物学研究. *植物资源与环境学报*, 2017, 26(2): 97-106.
- [27] 王静, 王陶芬, 邱诚, 付李秋. 凉山州彝、汉混居区饮食文化中的野生植物利用初探. *植物分类与资源学报*, 2013, 35(4): 461-471.
- [28] 邵桦, 薛达元. 云南佤族传统文化对蔬菜种质多样性的影响. *生物多样性*, 2017, 25(1): 46-52.
- [29] 王洁如, 龙春林. 基诺族传统食用植物的民族植物学研究. *云南植物研究*, 1995, 17(2): 161-168.
- [30] 王国萍, 杨京彪, 薛达元. 土族聚集区传统常用野生植物及相关传统知识的研究. *中央民族大学学报: 自然科学版*, 2017, 26(4): 64-70.
- [31] 马楠, 闵庆文, 袁正, 李文华, 杨庆春. 云南省双江县四个主要民族野生食用植物资源调查研究. *资源科学*, 2017, 39(7): 1406-1416.
- [32] 马超. 贵州苗族饮食民俗研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2015.
- [33] 王宁. 贵州麻山地区宗地乡苗族聚集地野生植物资源利用分析. *生态科学*, 2013, 32(3): 365-371, 378-378.
- [34] 杜薇. 脆弱生态地区传统知识的发掘与利用: 麻山个案的生态人类学研究[D]. 成都: 西南交通大学出版社, 2011: 141-149.
- [35] 李卫芬, 高爱农, 李金强, 卢颖颖, 郑殿升, 李立会, 刘旭, 和江明. 贵州蔬菜资源的民族传统文化初步调查. *植物遗传资源学报*, 2016, 17(4): 786-790.
- [36] 付敏. 糯米的流动: 雷公山苗族稻作文化与社会交换[D]. 贵阳: 贵州大学, 2018.
- [37] 格迪斯. 苗族的起源: 山地民族. 中国社会科学院民族研究所历史研究室资料组编译. 北京: 民族出版社, 1978: 15-44.
- [38] 萨维纳. 苗族史. 贵阳: 贵州大学出版社, 2009: 55-106.
- [39] 周政贤, 姚茂森. 雷公山自然保护区科学考察集. 贵阳: 贵州人民出版社, 1989: 29-36.
- [40] 张华海, 张旋. 雷公山国家级自然保护区生物多样性研究. 贵阳: 贵州人民出版社, 2007: 2-13.
- [41] 贵州植物志编辑委员会. 贵州植物志-第三卷-种子植物. 贵阳: 贵州人民出版社, 1990: 60-175.
- [42] 赵培洁, 肖建中. 中国野菜资源学. 北京: 中国环境科学出版社, 2006: 88-223.
- [43] 苟光前, 杨传东, 代朝霞. 野菜实用图鉴. 贵阳: 贵州科技出版社, 2017: 77-295.
- [44] Martin G J. *Ethnobotany*. London: Chapman & Hall, 1995: 78-83.
- [45] 马克平. 生物群落多样性的测度方法//中国科学院生物多样性委员会. 生物多样性研究的原理与方法. 北京: 中国科学技术出版社, 1994: 141-165.
- [46] 王国萍, 薛达元, 闻苒, 成功, 闵庆文. 土族生物资源利用相关的传统知识多样性. *生物多样性*, 2019, 27(7): 735-742.
- [47] 许建初. 从民族生态学的角度探讨金平分水岭自然保护区周边民族对生物多样性的保护和利用. *生态学杂志*, 2003, 22(2): 86-91.
- [48] 裴盛基. 民族文化与生物多样性保护. *中国科学院院刊*, 2011, 26(2): 190-195.
- [49] 吴微, 李丹, 刘丙万. 民族传统文化在生物多样性保护中的应用. *北京林业大学学报: 社会科学版*, 2010, 9(2): 52-56.
- [50] 雷启义, 周江菊. 黔东南原生态民族文化对植物多样性的影响. *西南师范大学学报: 自然科学版*, 2009, 34(5): 88-92.
- [51] Duc B M. Study of the nutritive value and utilization of wild vegetables in Viet Nam//Proceedings of the International Conference on Applied Nutrition. Hanoi: The National Institute of Nutrition and UNICEF, 1988: 326-334.
- [52] Erukainure O L, Oke O V, Owolabi F O, Adenekan S O. Antioxidant nutrient properties and antioxidant activities of *Obenete* (*Clerodendrum volubile*), a nonconventional leafy vegetable consumed in Nigeria. *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition & Development*, 2010, 10(10): 4156-4167.
- [53] Dasmann R F. The importance of cultural and biological diversity//Oldfield M, Alcorn J, eds. *Biodiversity: Culture, Conservation and Ecodevelopment*. Oxford: Westview Press, 1995: 9-15.

附表 1 雷公山苗族食用野菜资源编目  
Schedule 1 Catalogue of edible wild herbs Resources of Miao Nationality in Leigongshan

类型 Type	中文名 Species	拉丁学名 Latin name	苗语名 Name of Miao Language	苗汉译名 Local name	科 Family	食用部位 Edible parts	食用方法 Edible methods
根菜类 Root vegetable	折耳根 何首乌 野葛 魔芋	<i>Houttuynia cordata</i> <i>Polygonum multiflorum</i> <i>Pueraria lobata</i> <i>Amorphallus rivieri Durieu</i>	vob diuk vob hmuk vongx ghab jongx hflb jab nangb	窝丢 窝朴翁 嘎炯非 加囊	三白草科 蓼科 蝶形花科 天南星科	根茎、嫩茎叶 根茎、嫩茎叶 根茎 根茎	鲜用,凉拌、炒食 鲜用,配料、炖、炒、做汤 鲜用或干制,配料、生食、炒或粥食 去皮磨成泥加碱水,煮沸冷却,制成魔芋豆腐,用于炒食、火锅等
	蒙古蒲公英 野百合 大百合 野葱 白及 土茯苓 薄荷	<i>Taraxacum mongolicum</i> <i>Lilium brownii</i> <i>Cardiocrinum giganteum</i> <i>Allium macrostemon</i> <i>Bleilla stiatia</i> <i>Smilax glabra</i> <i>Mentha haplocalyx Briq</i>	vob hmuk qangb bod gab tid bang vob hsongb ib vob jut bod zangd dak vob nes lal	窝不秋 波嘎梯 棒 窝松必 窝旧 薄丈达 窝恩蜡	菊科 百合科 百合科 百合科 兰科 菝葜科 唇形科	嫩茎叶 鳞茎 嫩茎叶 嫩茎叶 假鳞茎 根茎、嫩茎 根茎、嫩茎	鲜用或干制,主配料、炒或炖 鲜用或干制,配料、炖、炒或做汤、粥食 鲜用,配料、炖、炒、做汤 取其鳞茎鲜用,作主、配料、炒或作馅、凉拌 鲜用,配料、炖食 鲜用或干制,主配料、炖食、酿酒 取其根鲜用,作配料(烹制酸菜螺蛳时,作为野生香料使用)或炖食
花菜类 Flower vegetable	阳荷 山鸡椒 清香木姜子 枸树 木槿 杜鹃 夏枯草	<i>Zingiber striolatum</i> <i>Litsea cubeba</i> <i>Litsea euosma</i> <i>Broussonetia papyrifera</i> <i>Hibiscus syriacus</i> <i>Rhododendroid simsii</i> <i>Pranella vulgaris</i>	zib dlongx zend jangl zend bangx jangl det xit hsend ndut cax leux ghuemb det bangx liangx lil vob liof det	子多该 者姜 这榜姜 豆细生 都茶绿棍 豆腐 窝溜豆	姜科 樟科 樟科 桑科 锦葵科 杜鹃花科 唇形科	根茎、花序 叶、花、果 叶、花、果 嫩叶、雄花序 嫩叶、花 花 花	鲜用,主配料、制作凉菜,或是将其花序切丝,加青椒、番茄炒食 取其花蕾鲜用或腌制,做调料,炖、做蘸水或做汤 取其花蕾鲜用或腌制,做调料,炖、做蘸水或做汤 鲜用,配料、掺入米饭中蒸食 鲜用,作配料,炒食、做汤或粥食 花瓣鲜用,主配料、炒或做汤 鲜用,作配料,煲汤或粥食
叶、茎菜类 Leaves, stems vegetables	密蒙花 紫萁 紫苏 藿香 苜蓿 蕨菜 毛轴蕨	<i>Buddleja officinalis</i> <i>Qsunda japonica</i> <i>Perilla frutescena (L.) Britt</i> <i>Agastache rugosa (Fisch.etMey.) O.Ktze</i> <i>Anethum graveolens L.</i> <i>Pteridium aquilinum</i> <i>Pteridium revolutum</i>	nangx dos nail vob hard ghab dliang ghab ngtd vud det mangx jangl xongx hxongb vob hveb vob hxat jat	囊多乃 窝汉嘎相 嘎欧务 兜鹿鸣 雄凶 窝和 窝哈照	马钱科 紫萁科 唇形科 唇形科 伞形科 蕨科 蕨科	花序 嫩叶 嫩茎、叶 嫩茎、叶 嫩茎、叶 嫩叶 嫩叶	鲜用或晒干后用沸水煮五分钟,取花序、过滤、去渣,待水冷却放入糯米浸泡 4-5 小时后蒸熟,即成七彩姊妹饭的黄色米饭 鲜用或干制,炖排骨、炒食等 鲜用或干制,作主、配料(烹制酸菜螺蛳时作为香料),凉拌或者泡菜 作主、配料(烹制酸菜螺蛳时作为香料) 作主、配料(烹制牛、羊瘪时作为香料) 鲜用或腌制,作主、配料,炒、或凉拌 鲜用或腌制,作主、配料,炒、或凉拌

续表

类型 Type	中文名 Species	拉丁学名 Latin name	苗语名 Name of Miao Language	苗汉译名 Local name	科 Family	食用部位 Edible parts	食用方法 Edible methods
	糯米团	<i>Gonostegia hita</i>	bas gad nef	巴干糯	荨麻科	嫩茎、叶	鲜用或干制, 作主、配料, 炒、或做汤
	商陆	<i>Phytolacca americana L.</i>	vob bix gheib	窝比干	商陆科	嫩茎、叶	凉拌, 炒食
	野苋菜	<i>Amaranthus spinosus</i>	vob gis bat	窝该邦	苋科	嫩茎、叶	作主、配料, 炒食或涮火锅
	马齿苋	<i>portulaca oleracea</i>	vob hmid nangx	窝咪仰	马齿苋科	嫩茎、叶	作主、配料, 凉拌, 炒食或做汤
	土人参	<i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn	vob eb bens	窝阿笨	马齿苋科	嫩茎、叶	作主、配料, 凉拌, 炒食或做汤
	卵叶韭	<i>Allium onalifolium</i>	vob nix miong	窝你蒙	百合科	嫩叶	鲜用, 作主、配料, 炒或者做汤
	宽叶韭	<i>Allium hookeri</i>	vob nix ghad liul	窝你嘎哟	百合科	嫩叶	鲜用, 切成段用于烹制苗家酸汤, 与干辣椒或马铃薯片炒食, 腌制成酸韭菜根
	粉条儿菜	<i>Alteris spicata</i>	gad mangl vud	打茂窝	百合科	嫩叶	作主、配料, 凉拌, 炒食或做汤
	虎杖	<i>Polygonum cuspidatum</i>	vob gongx liongl	窝吼料	蓼科	嫩茎、叶	作主、配料, 炒食, 做汤, 去皮后生食
	南烛	<i>Vaccinium bracteatum</i>	det dlied	斗根壳	杜鹃花科	嫩叶	取植株幼嫩叶与枫香植物幼嫩叶混合捣碎, 取其液体制作五彩饭
	枫香树	<i>Liquidambar formosana</i>	det mangx	兜开	金缕梅科	嫩叶	取植株幼嫩叶与南烛幼嫩叶混合捣碎, 取其液体制作五彩饭
	香薷	<i>Polygonum viscosum</i>	vob khok	窝叩	蓼科	嫩芽	作主、配料, 腌制, 凉拌
	香椿	<i>Toona sinensis</i>	vob yangl	窝祥	楝科	嫩茎、叶、芽	鲜用, 腌制或干制, 作主、配料, 炒, 做汤, 做馅, 凉拌, 炸食
	楸木	<i>Aralia chinensis</i>	ghab iongx linl det vob hmuk mol	嘎美令 豆窝扑莫	五加科	嫩茎、叶、芽	鲜用, 作主、配料, 炒, 凉拌, 做汤
	枸杞	<i>Lycium chinense</i>	det uab lol	豆哇勃	茄科	嫩茎、叶	鲜用, 煮汤, 嫩茎叶用于各种火锅的配菜
	天胡荽	<i>Hydrocotyle sibthorpioides</i>	uab saix mongx	哇塞蒙	伞形科	嫩茎、叶	鲜用, 作配料, 做汤, 凉汤
	过路黄	<i>Lysimachia Christina</i>	vob nix noel	窝你我	报春花科	嫩茎、叶	鲜用, 配料, 做汤, 凉拌
	水芹菜	<i>Oenanthe javanica</i>	vob juex	窝久	伞形科	嫩茎、叶	鲜用或腌制, 作主、配料, 炒食或凉拌, 做汤
	鸭儿芹	<i>Cryptotaenia japonica</i>	vob lob gas	窝拉嘎	伞形科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食
	车前草	<i>Plantago asiatica</i>	vob naix bat dliangt	窝乃八降	车前科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、蒸、做汤
	鼠鞠草	<i>Gnaphalium affine</i>	vob jedt gheik	窝加嘎	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、蒸、做汤
	鸭跖草	<i>Commelina communis</i>	vob ghab linx	窝嘎领	鸭跖草科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、蒸、做汤
	大籽蒿	<i>Artemisia sieversiana</i> Ehrtart ex Wildl	vob hvid	窝呵滴	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主配料, 凉拌, 炒食、蒸、做汤; 与腊肉、豆腐干、野葱蒜、糯米、粳米等制成传统的苗家社饭
	野茼蒿	<i>Crassocephalum</i> <i>Crepidioides</i>	vob nab yougel	窝喃涌	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、做汤、做馅
	大蓟	<i>Cirsium japonicum</i>	vob bel bat hlieb	窝不坝溜	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、做汤
	小蓟	<i>Cirsium setosum</i>	vob bel bat niab	窝不坝那	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、做汤, 做渣豆腐
	苦苣菜	<i>Lactis polycephala</i>	vob ib	窝衣	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌, 炒食、做汤、做馅

续表

类型 Type	中文名 Species	拉丁学名 Latin name	苗语名 Name of Miao Language	苗汉译名 Local name	科 Family	食用部位 Edible parts	食用方法 Edible methods
	黄鹌菜	<i>Youngia japonica</i>	vob yongx	窝涌	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌、炒食、做馅、做汤
	钻形紫菀	<i>Aster subulatus</i>	vob dlod	窝兜竣	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌、炒食、做汤或涮火锅
	红凤菜	<i>Gynurabicolor</i>	vob ot dos	窝奥斯	菊科	嫩茎、叶	鲜用, 作主、配料, 凉拌、炒食、做汤或涮火锅
	芥菜	<i>Capsella bursa-pastoris</i>	vob kod	窝布	十字花科	嫩茎、叶	鲜用, 作主配料, 凉拌、炒食、做汤、做馅或涮火锅
	菘蓂	<i>Smitax china</i>	vob dlod dlod dlub	窝梭说收	菘蓂科	嫩茎、叶	鲜用, 干制, 炒食或泡酸菜
	藜	<i>Chenopodium album</i>	vob dlod	窝滴沃	藜科	嫩茎、叶	鲜用, 作主配料, 凉拌、炒食、做汤、做馅或涮火锅
	水竹	<i>Phyllostachys heteroclada</i>	det hlod eb	豆喝得	禾本科	嫩茎(竹笋)	鲜用, 干制, 腌制, 炒、做馅、做汤
	毛金竹	<i>Phyllostachys nigra</i>	det gix jjub	豆吉布	禾本科	嫩茎(竹笋)	鲜用, 干制, 腌制, 炒、做馅、做汤
	楠竹	<i>Phyllostachys pubescens</i>	det hlod hlub	豆喝发布	禾本科	嫩茎(竹笋)	鲜用, 干制, 腌制, 炒、做馅、做汤
	瑶竹	<i>Phyllostachys bambusoides</i>	det hlod mox gheib	豆喝模布	禾本科	嫩茎(竹笋)	蒸、煮、炒食
	狭叶方竹	<i>Chimonobambusa angustifolia</i>	det hlod gix	豆喝格	禾本科	嫩茎(竹笋)	鲜用, 干制, 腌制, 炒、做馅、做汤
果菜类	锥栗	<i>Castanea henryi</i>	zend ghod laib	豆喝奶	壳斗科	果	干制, 提取淀粉, 炒、蒸、炖等
Fruit vegetables	板栗	<i>Castanea mollissima</i>	bangx zend yel	榜真育	壳斗科	果	干制, 提取淀粉, 炒、蒸、炖、生食、做糕点等
	茅栗	<i>Castanea seguinii</i>	zend ghod	真喝	壳斗科	果	干制, 提取淀粉, 炒、蒸、炖、生食、做糕点等
	滇白珠	<i>Gaultheria leucocarpa</i>	det zend kongt	豆整空	杜鹃花科	果	生食或作调味料
	胡颓子	<i>Elaeagnus pungens</i>	dhab nex zend jek nangx	嘎喽真久浪	胡颓子科	果	生食, 酿酒, 熬糖
	枳椇	<i>Hovenia acerba</i>	zend ghol bil	真名必	鼠李科	果序	生食, 制作传统泡酒
	金樱子	<i>Rosa laenigata Michx</i>	bel liangx	布两	蔷薇科	果	生食, 制作传统泡酒, 根、叶、果均可入药
真菌类	三叶木通	<i>Akebia trifoliata (Alumb.) Koidz</i>	zend dangx gr	真党格	木通科	果	生食, 根、茎、果均可入药
	银耳	<i>Tremella fuciformis Berk.</i>	jib ghab naix baif dlub	鸡嘎巴丢	银耳科	全株	鲜用或干制, 作主料、炖食
Fungi vegetables	木耳	<i>Auricularia auricula</i>	jib ghab naix baif	鸡嘎巴	木耳科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒或炖食
	茶耳	<i>Tremella foliacea.</i>	zeib jib	贼波儿	银耳科	全株	鲜用或干制, 作主料、炖食
	香菇	<i>Lenitinus edododes</i>	jib daib mongx	鸡达蒙	侧耳科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒或炖食
	长裙竹荪	<i>Dictyophora indusiata</i>	nangb jib	囊鸡	鬼笔科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒、炖食或做汤
	鸡枞菌	<i>Termitomyces albuminosus (Berk.) Heim</i>	jib gheid ghab	鸡嘎莫	白蘑科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒、炖食或做汤
	绒柄松塔牛肝菌	<i>Strobilomyces floccopus</i>	jib ghab nangx bongk	鸡囊壳	松塔牛肝菌科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒、炖食或做汤
	马勃菌	<i>Cathartia craniiformis</i>	jib pend	鸡棒	灰包科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒、炖食或做汤
	松乳菇	<i>Lactarius deliciosus(L.) Gray</i>	jib gheid	鸡何滴	红菇科	全株	鲜用或干制, 作主料或配料, 炒、炖食或做汤