

命題委員姓名： 林清美

主題： 卑南族的 binariyaw 包葉糯米糕

智慧類別（請勾選 ，可複選）：

<input type="checkbox"/> 部落農漁特產的文化與科學	<input type="checkbox"/> 部落的天象、氣象與科學
<input type="checkbox"/> 部落傳統手工藝的文化科學	<input type="checkbox"/> 部落的環境生態與科學
<input checked="" type="checkbox"/> 部落植物的文化與科學	<input type="checkbox"/> 部落的科學智慧與創意創新應用
<input type="checkbox"/> 部落動物的文化與科學	<input type="checkbox"/> 原住民族文化與數學
<input type="checkbox"/> 部落傳統音樂的文化與科學	<input type="checkbox"/> 部落文化與人文社會
<input type="checkbox"/> 部落傳統建築的文化與科學	<input type="checkbox"/> 科學、技術與部落社會的互動
<input type="checkbox"/> 部落傳統狩獵的文化與科學	<input type="checkbox"/> 部落傳統智慧與自然災害防治
<input type="checkbox"/> 部落傳統祭典的文化與科學	<input type="checkbox"/> 部落其他文化與科學

主題所屬族群：卑南族-南王

在原住民的糯米糕美食常會用到一種植物，那就是假酸漿葉。卑南族用假酸漿葉包裹的糯米糕稱作 binariyaw，意思是用 bariyaw 芒草包起來的糯米糕。早期製作包葉糯米糕，糯米團內包了鹹肉，先用假酸漿葉包起來，外層再用 bariyaw 芒草的葉子包起來，後來才改用葉片比較大的月桃葉來包。

糯米多食容易脹氣及消化不良，尤其是腸胃比較弱的人，更是要謹慎食用。原住民選用假酸漿葉來包裹糯米是有其智慧的，文獻記載假酸漿葉是高纖植物，富含葉綠素，有益於腸胃蠕動，助消化、消除脹氣，並且具有補血、治潰瘍之功效，因此，和糯米搭配食用，充分展現族人生活的經驗以及美食的智慧。

關鍵字（最少一個）：

binariyaw 包葉糯米糕、假酸漿

相關概念（科學概念為主，或其他相關概念也可以，最少一個）：

食物和食物之間，有些是相剋，而有些則是相生，祖先找出相生之食材搭配成美食，這是憑藉著經驗的累積以及生活智慧傳承下來的。

參考資料或網址（若無可不填寫）：

<http://kplant.biodiv.tw/%E5%81%87%E9%85%B8%E6%BC%BF/%E5%81%87%E9%85%B8%E6%BC%BF.htm>

<http://cht.a-hospital.com/w/%E5%81%87%E9%85%B8%E6%B5%86>

<https://blog.udn.com/tnwinsto/132370708>

<http://fresh.ownlines.com/inside.php?oi=35> 部落野菜食在健康

<http://chemed.chemistry.org.tw/?p=14781>

<http://chemed.chemistry.org.tw/?p=7814>

[https://www.coa.gov.tw/faq/faq\\_view.php?id=1](https://www.coa.gov.tw/faq/faq_view.php?id=1)