

SCIENCE OF CHINESE WILD VEGETABLE RESOURCES

中国野菜资源学

赵培洁 肖建中 主编



中国环境科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国野菜资源学 / 赵培洁、肖建中主编. —北京: 中国环境科学出版社, 2006.5

ISBN 7-80209-297-3

I. 中… II. ①赵… ②肖… III. 野生植物: 蔬菜—植物资源—概况—中国 IV. S647

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 037302 号

责任编辑: 顾 丽 孟亚莉 黄 蕾

装帧设计: 陆 臻

出版发行 中国环境科学出版社

(100062 北京崇文区广渠门内大街 16 号)

网 址: <http://www.cesp.cn>

联系电话: 010-67112765 (总编室)

发行热线: 010-67125803

印 刷 北京东海印刷有限公司

经 销 各地新华书店

版 次 2006 年 5 月第一版

印 次 2006 年 5 月第一次印刷

印 数 1—2 000

开 本 787×960 1/16

印 张 33.5

字 数 770 千字

定 价 78.00 元

【版权所有。未经许可, 请勿翻印、转载, 违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题, 请寄回本社更换

主 编: 赵培洁 肖建中

副 主 编: 董伟敏 刘美星 么向和

赵 怀 喻楚荣 苏朝安

参 编: 赵 波 王晨炜 刘 军 蒋旭东

特邀编辑: 韩扬云

编者的话

黄河、恒河、幼发拉底河和尼罗河孕育了古文明。在硬实力万能神话破灭，软实力日渐为世人所瞩目的今天，古文明对现代社会的深刻影响也日益为人们所认识。中国是世界上人口最多的国家，也是利用野菜历史最悠久、种类最丰富的国家。药食同源的独特理念，浩瀚的医学典籍，璀璨的饮食文化，早已使野菜成为镶嵌在民族文化长卷上耀眼的明珠。

野菜，与中华民族的发展史结下了不解之缘，然而，正如历史的发展不是简单的重复而是螺旋式上升的规律一样。今天的野菜，带着“糠菜半年粮”的辛酸回忆，带着“火烤胸前暖、风吹背后寒”、“野菜和水煮”的悲壮印记，已踏进了追求健康，追求回归自然的 21 世纪，正成为极具竞争潜力的国际性商品。

中国是中药的发祥地，中药是中华民族的瑰宝，然而由于种种原因，我国中药在世界市场的份额却下跌至不足 4%，惨痛的历史教训值得记取。中国野菜若仍沿袭作为副食品点缀对待，就有可能重蹈中药覆辙。中国野菜作为一门相对独立的学科来研究已势在必行。

在生存逆境，多认识一种野菜就多一份存活希望；在欠发达山区，开发一种野菜就有可能搞活一方经济。对广大科研工作者来说，面对日益严峻的知识产权壁垒，面对大量原产我国的种质资源被国外抢注的铭心前鉴，及时深入展开中国野菜学的研究也是时代和民族赋予的责任。

在众多研究者辛勤成果的基础上，我们认真研究了我国野菜学的范畴、形成发展过程和野菜资源特点、古今地域分布、营养保健、绿色食品生产以及综合开发利用；收集整理了 574 种野菜和 293 种野生食用菌及 439 幅相关图鉴，力图从更广的视角反映中国野菜的概貌；为了方便读者查阅，同时编制了索引和大量的表格。希望《中国野菜资源学》能够成为广大农业科技工作者、农村基层干部、农民企业家和农户，以及大学生、研究生最喜爱的案头必备工具书之一。

编者

2005 年夏于浙大华家池

前言

中国是世界人口最多、历史最悠久的国家之一，也是栽培作物品种最多、栽培历史最悠久的国家，中国农业发展史就是一部先进科学技术与传统经验相结合的历史。野菜在中国已有五千余年的认知史，是中华民族瑰宝。栽培蔬菜源于野生，正如东晋陶渊明所言：“不知有汉，无论魏晋”。目前，中国蔬菜总的生产量居世界第一位、出口量居世界第四位，但蔬菜出口量尚不足生产量的1%。从1998年联合国粮农组织的统计资料看，在国外称为六大主菜的马铃薯、番茄、南瓜、洋葱、胡萝卜、甘蓝上，我国出口量世界排名在第十位之后；出口平均价由1995年的每吨990.66美元下降到2000年每吨644.82美元，下降34.1%。值得注意的是，大蒜是我国第一大出口蔬菜，洋葱、青葱是第二大出口蔬菜，年出口量分别为30万吨和20万吨左右，2000年出口额分别为12 058万美元和4 118万美元；蕨菜干和蕨菜干出口量不足万吨，出口额却高达4 689万元。中国野菜已初步显示出旺盛的生命力。中国野菜无论在文化底蕴、风味特色、营养保健，还是在植物种质资源保存和生物多样性方面，都有着栽培蔬菜所不可替代的作用，中国野菜正日益为世人所瞩目。

野菜原指供蔬食之用的非栽培植物。但野菜不是一个静止、孤立的概念，而是一个动态变化、交叉开放的概念。人们目前关于野菜范围的共识是：它既包括一直处于野生状态供蔬食之用的植物，也包括曾为栽培但久已退出菜圃者，还包括与栽培蔬菜并存但始终保持形态、风味显著差异者。此外，野生食用菌及以其他用途为主的野生或栽培植物也是野菜的重要组成部分。

“民以食为天”。野菜从被古先民认知的第一天起，就与中华民族灿烂的传统文化联系在一起。《诗经·豳·七月》云“七月亨葵及菽”（葵：冬葵；菽：刀豆）；《诗经·大雅·绵》曰“周原膴膴，萋萋如飴”（意即：周围田野宽广肥美，萋菜之味甘如饴糖）；《楚辞·七谏·怨世》言“蓼虫不知徙乎葵菜”（意思是：水蓼味辣，葵菜味甘，生长在蓼叶上的虫不懂得迁移到葵菜上，比喻忠臣不事二主）。野菜在中国革命史上也曾留下过凝重的一笔：红军长征来到川北，正值三四月缺粮季节，当地百姓不但送郎送子当红军，还送上一筐苦苣菜。长征路上，战士们都认识这种野菜。一路行军，一路采食。红军胜利走完二万五千里长征，野菜也作出了贡献。

栽培蔬菜是由野菜驯化、改良而获得的，随着全球经济一体化，蔬菜引种正朝着世界大同的方向发展。然而，就各局部区域而言，栽培蔬菜品种数量并非是简单的加法。随着张骞通西域和随后千百年的引种，“外来物种入侵”也给我国传统栽培蔬菜带来了严重损害。如“葵”，是春秋战国时代百姓日常食用的蔬菜，到了明朝李时珍的《本草纲目》已是“今人不复食之，亦无种者”。“萋”和“蓼”也曾是古代重要栽培蔬菜。后魏贾思勰《齐民要术》（公元553—554）卷第三，荏、蓼第二十六有云：“三月可种荏、蓼……蓼尤宜水畦种。”卷第三，种藜苳、芹、苣第二十八记述：“萋，子熟时收子，冬初畦种之。”二者尔后也退出了栽培。今日思之，在我们引进外来品种的同时，日积月累，我们是否也失去了大量的宝贵传统栽培蔬菜品种，失去了

大量最有特色的东西？因此，研究野菜，在蔬菜国际市场竞争日趋激烈的今天，不仅是保护植物种质资源、维护生物多样性的需要，也是复兴传统蔬菜保持中国特色的需要。

“横看成岭侧成峰”，野菜学本身就是一门交叉学科。植物茎叶可食，是菜；种子榨油可点灯生火，是能源；纤维造纸织布，属轻工；色素作染料，属化工……而蔬菜，尤其是野菜与中医药的交叉与结合，则形成了中华民族特有的“药食同源”文化。东汉许慎的《说文解字》曰：“菜，草之可食者。从艸采声。”又曰：“药，治病草也。从艸，乐声。”前后二个“从艸”使二者结下了不解之缘。菜和药的传统结合，不仅为全球正在兴起的提倡饮食营养保健潮流打下了坚实的理论与实践基础，也为研究开发中国野菜开辟了一条得天独厚的理想道路。在农业方面，虽然也有举世闻名的《南方草木状》、《齐民要术》、《农政全书》等巨著以及蔬菜学方面的不少专著，但书到用时方恨少。中国是中医药的发祥地，与农书相比，古代医药文献更为浩瀚。正是由于中国独特的“药食同源”理论，在古医典籍中，从全世界最古老的药典《神农本草经》到唐代孟诜《食疗本草》，明代高濂《遵生八笺》、卢和《食物本草》直到清代《植物名实图考》等均可发现对野菜性味、功效、分布、食用方法的记载，从而为当今野菜研究开发提供了宝贵的依据和线索。如宋代《图经本草》曰：“小蓊处处有之，俗名青刺蓊，二月生苗，二三叶时，并根作菜，茹食甚美。”可见宋代小蓊是人们的美味之蔬。

五千年的传统文化，不仅使中国野菜熠熠生辉，同时也包含了数量巨大的科技信息。例如：古代楚国伟大诗人屈原在《九章 悲回风》中有“故荼荠不同亩”的诗句。一方面使人深刻感受到作者正邪不两立的浩然正气，另一方面也给我们提出了两个科学上的问题：一是荼（苦苣）和荠菜这两种植物是否具有生物不相容性？二是在战国时期是否就已经掌握了荼、荠的人工栽培知识，同时考虑到生物不相容而将它们分别种植在不同田块？

中国地域辽阔，气候土壤条件差异明显，野菜作为植物，有其地域分布规律。这在成书于公元前 30 世纪的《山海经》中就已有所反映。流传至今的中国古地名也是一条研究野菜地域分布演变规律的重要线索，如：蓊门、蓊县、蓊州、蓊邑。蓊，即小蓊，俗称刺儿菜。

当前，一个绿色食品生产和消费的热潮正在全球兴起。野菜在形成绿色食品方面优势明显，但野菜并不等于绿色食品。绿色食品有其严格的标准和操作规程，生产开发野菜应严格按照绿色食品 AA 级和 A 级的要求进行。同时，野菜在加工、食用方法上有其独特的要求，值得认真学习、研究和探索。

耐人寻味的是，由（英）约翰·怀斯曼所撰的英国皇家特种部队《生存手册（John Wiseman, The SAS Survival Handbook）》中，在显著位置详尽记述了包括我国常见野菜蒲、蓼、蓊、董、蕨、藜等在内的百余种野生植物。并认为只要能熟练掌握其中的一二种，就可以在生存斗争中产生完全不同的结果。怀斯曼指的是生存训练，其实，激烈的现代农业市场竞争又何尝不是如此？成功开发一二种野菜，就有可能形成具有一定规模的产业，很好地改变某个地区的贫困面貌。

目 录

总 论

第一节 中国野菜概念.....	2
第二节 中国野菜学的形成和发展.....	5
第三节 野菜资源的特点.....	11
第四节 中国野菜资源分布.....	13
一、全国性分布的种类.....	13
二、地区性分布的种类.....	14
(一) 东北地区资源.....	14
(二) 西北地区主要野菜种类.....	15
(三) 云贵高原地区主要野菜种类.....	15
(四) 长江中下游地区主要野菜种类.....	17
(五) 华南地区野菜资源.....	17
(六) 秦巴山地和四川盆地野菜资源.....	19
(七) 华北地区野菜资源.....	20
第五节 古代野菜的地域分布.....	21
一、《山海经》中述及的野菜区域分布.....	21
二、古地名野菜区域分布线索.....	21
三、古代有关野菜地区分布的著述简介.....	23
(一) 岭南古籍.....	23
(二) 燕京地区古代野菜营养学专著.....	24
(三) 华东地区古著述.....	25
(四) 西南地区古著述.....	27
第六节 野菜的采集、处理、调制.....	28
一、采集.....	28
二、处理.....	28
三、食用调制.....	29
第七节 野菜的保健作用.....	30
一、野菜的性.....	30
二、野菜的味.....	30
第八节 野菜中毒的原因与防治.....	32
一、中毒原因.....	32
二、中毒的防治.....	33
第九节 野菜与绿色食品.....	34
一、AA 级绿色食品标准.....	34
二、A 级绿色食品标准.....	35

各 论

十字花科	37
垂果南芥 <i>Arabis pendula</i> L.	37
匍匐南芥 <i>Arabis flagellosa</i> Miq.	38
卵叶硬毛南芥 <i>Arabis hirsuta</i> (Linn.) Scop. var. <i>nipponica</i> (Franch. et Savat.)	38
荠菜 <i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medic.	39
碎米荠 <i>Cardamine hirsuta</i> L.	41
白花碎米荠 <i>Cardamine leucantha</i> (Tausch) O. E. Schulz.	42
水田碎米荠 <i>Cardamine lyrata</i> Bunge	43
紫花碎米荠 <i>Cardamine tangutorum</i> O. E. Schulz.	44
华中碎米荠 <i>Cardamine urbaniana</i> O. E. Schulz	45
群心菜 <i>Cardaria draba</i> (L.) Desv.	46
离子芥 <i>Chorispora tenella</i> (Pall.) DC.	47
播娘蒿 <i>Descurainia sophia</i> (L.) Schur.	48
葶苈 <i>Draba nemorosa</i> L.	50
芝麻菜 <i>Eruca sativa</i> Mill.	51
糖芥 <i>Erysimum bungei</i> (Kitag.) Kitag.	52
小花糖芥 <i>Erysimum cheiranthoides</i> L.	53
灰毛糖芥 <i>Erysimum diffusum</i> Ehrh.	54
日本山萮菜 <i>Eutrema tenue</i> Makino	54
山萮菜 <i>Eutrema yunnanense</i> Franch.	55
菘蓝 <i>Isatis tinctoria</i> L.	56
诸葛菜 <i>Orychophragmus violaceus</i> (L.) O. E. Schulz.	57
豆瓣菜 <i>Nasturtium officinale</i> R. Br.	58
北美独行菜 <i>Lepidium virginicum</i> L.	59
独行菜 <i>Lepidium apetalum</i> Willd.	60
蓝花子 <i>Raphanus</i> var. <i>raphanistroides</i> (Makino) Makino.	61
沙芥 <i>Pugionium cornutum</i> (L.) Gaertn.	62
广州蔊菜 <i>Rorippa cantoniensis</i> (Lour.) Ohwi	63
无瓣蔊菜 <i>Rorippa dubia</i> (Pers.) Hara.	64
风花菜 <i>Rorippa globosa</i> (Turcz.) Hayek	65
蔊菜 <i>Rorippa indica</i> (L.) Hiern	66
沼生蔊菜 <i>Rorippa islandica</i> (Oed.) Borbas.	67
蔊苣 <i>Thlaspi arvense</i> L.	68
爵床科	69
多花可爱花 <i>Pseuderanthemum polyanthum</i> (C.B. Clarke) Merr.	69
大花山牵牛 <i>Thunbergia grandiflora</i> (Roxb. ex Rottl.) Roxb.	70
猕猴桃科	71
水冬瓜 <i>Saurauia tristyla</i> DC.	71

中华猕猴桃	<i>Actinidia chinensis</i> Planch.	72
硬齿猕猴桃	<i>Actinidia callosa</i> Lindl.	73
番杏科		74
粟米草	<i>Mollugo stricta</i> Linn.	74
番杏	<i>Tetragonia tetragonoides</i> (Pall.) Kuntze	75
泽泻科		76
野苕姑	<i>Sagittaria trifolia</i> Linn.	76
苋科		77
节节花	<i>Alternanthera nodiflora</i> R. Brown	77
长梗满天星	<i>Alternanthera philoxeroides</i> (Moq.) Griseb.	78
牛膝	<i>Achyranthes bidentata</i> Blume	79
刺苋	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	80
绿苋	<i>Amaranthus viridis</i> L.	81
反枝苋	<i>Amaranthus retroflexus</i> L.	82
凹头苋	<i>Amaranthus lividus</i> L.	83
青葙	<i>Celosia argentea</i> L.	84
番荔枝科		85
野番荔枝	<i>Annona glabra</i> Linn.	85
瓜馥木	<i>Fissistigma oldhamii</i> (Hemsl.) Merr.	86
夹竹桃科		87
毛车藤	<i>Amalocalyx yunnanensis</i> Tsiang	87
酸藤	<i>Ecdysanthera rosea</i> Hook. et Arn.	88
鸡蛋花	<i>Plumeria rubra</i> L. cv. <i>Acutifolia</i>	88
水蓬科		89
水蓬	<i>Aponogeton lakhonensis</i> A. Camus	89
天南星科		90
假芋	<i>Colocasia fallax</i> Schott	90
滴水芋	<i>Colocasia</i> sp.	90
紫芋	<i>Colocasia tonoiimo</i> Nakai	91
魔芋	<i>Amorphophallus rivei</i> Durieu	91
刺芋	<i>Lasia spinosa</i> (L.) Thwait	92
五加科		93
三叶五加	<i>Acanthopanax trifoliatum</i> (L.) Merr.	93
刺五加	<i>Acanthopanax senticosum</i> (Rupr. et Maxim.) Harms	94
五加	<i>Acanthopanax giacilistylus</i> Smith	94
裹白槲木	<i>Aralia bipinnata</i> Blanco	95
黄毛槲木	<i>Aralia decaisneana</i> Hance	96
萝藦科		97
南山藤	<i>Dregea volubilis</i> (L. f.) Benth. ex Hook. f.	97
杠柳	<i>Periploca sepium</i> Bunge	98

蹄盖蕨科	99
菜蕨 <i>Callipteris esculenta</i> (Retz.) J. Sm.	99
假蹄盖蕨 <i>Athyriopsis japonica</i> (Thunb.) Ching	100
东北蹄盖蕨 <i>Athyrium brevifrons</i> Nakai	100
凤仙花科	101
大苞凤仙花 <i>Impatiens balansae</i> Hook. f.	101
落葵科	102
落葵 <i>Basella rubra</i> L.	102
秋海棠科	103
粗喙秋海棠 <i>Begonia crassirostris</i> Irmsch.	103
紫葳科	104
角蒿 <i>Incarvillea sinensis</i> Lam.	104
火烧花 <i>Mayodendron igneum</i> (Kurz) Kurz	105
大蝴蝶 <i>Oroxylum indicum</i> (Linn.) Vent.	105
乌毛蕨科	106
东方乌毛蕨 <i>Blechnum orientale</i> L. (Oriental Blechnum)	106
木棉科	107
木棉 <i>Bombax malabaricum</i> DC.	107
紫草科	108
破布子 <i>Cordia dichotoma</i> Forst. f.	108
破布鸟 <i>Ehretia dicksonii</i> Hance.	109
厚壳树 <i>Ehretia thyrsoflora</i> (Sieb. et Zucc.) Nakai	109
大尾摇 <i>Heliotropium indicum</i> Linn.	110
橄榄科	111
橄榄 <i>Canarium album</i> (Lour.) Raeusch.	111
仙人掌科	112
仙人掌 <i>Opuntia dillenii</i> (Ker-Gawl.) Haw.	112
昙花 <i>Epiphyllum oxypetalum</i> (DC.) Haw.	113
霸王花 <i>Hylocereus undatus</i>	113
桔梗科	114
芥苣 <i>Adenophora trachelioides</i> Maxim.	114
轮叶沙参 <i>Adenophora tetraphylla</i> (Thunb.) Fisch.	115
羊乳 <i>Codonopsis lanceolata</i> (Sied. et Zucc.) Trautv.	116
半边莲 <i>Lobelia chinensis</i> Lour.	117
山梗菜 <i>Lobelia sessilifolia</i> Lamb.	118
桔梗 <i>Platycodon grandiflorus</i> (Jacq.) A. DC.	119
铜锤玉带草 <i>Pratia begoniifolia</i> (Wall.) Lindl.	120
尖瓣花 <i>Sphenoclea zeylanica</i> Gaertn.	121
白花菜科	122
白花菜 <i>Cleome gynandra</i> L.	122
台湾鱼木 <i>Crataeva adansonii</i>	123

忍冬科.....	124
锐叶忍冬 <i>Lonicera acuminata</i> Wallich	124
忍冬 <i>Lonicera japonica</i> Thunb.....	125
有骨消 <i>Sambucus chinensis</i> Lindl.....	126
吕宋荚蒾 <i>Viburnum luzonicum</i> Rolfe	127
台湾荚蒾 <i>Viburnum taiwanianum</i> Hayata.....	127
番木瓜科.....	128
番木瓜 <i>Carica papaya</i> Linn.....	128
石竹科.....	129
鹅肠菜 <i>Malachium aquaticum</i> (L.) Fries	129
女娄菜 <i>Malandrium apricum</i> (Turcz.) Rohrb	130
鹅儿肠 <i>Stellaria aquatica</i> (Linn.) Scop.....	130
米瓦罐 <i>Silene conoidea</i> L.	131
狗筋麦瓶草 <i>Silene venosa</i> (Gilib.) Aschers.	132
拟漆姑 <i>Spergularia salina</i> J.et C. Presl	133
繁缕 <i>Stellaria media</i> (L.) Gyr.....	134
王不留行 <i>Vaccaria segetalis</i> (Neck.) Garcke	135
卫矛科.....	136
灯油藤 <i>Celastrus paniculatus</i> Willd.....	136
水蕨科.....	137
水蕨 <i>Ceratopteris thalictroides</i> (L.) Brongn.	137
藜科.....	138
沙蓬 <i>Agriophyllum squarrosum</i> (L.) Moq.	138
灰绿藜 <i>Chenopodium glaucum</i> L.....	139
东亚市藜 <i>Chenopodium urbicum</i> L.....	140
地肤 <i>Kochia scoparia</i> (L.) Schrad.....	141
猪毛菜 <i>Salsola collina</i> Pall.....	142
碱蓬 <i>Suaeda glauca</i> (Bunge) Bunge.....	143
碱地肤 <i>Kochia scoparia</i> (L.) Schard.....	144
鸭跖草科.....	145
鸭跖草 <i>Commelina communis</i> Linn.	145
疣草 <i>Murdannia keisak</i> (Hassk.) Hand.-Mazz.	146
菊科.....	147
紫菀 <i>Aster tataricus</i> Lf.....	147
腺梗菜 <i>Adenocaulon himalaicum</i> Edgew.	148
下田菊 <i>Adenostemma lavenia</i> (L.) Kuntze.....	148
茵陈蒿 <i>Artemisia capillaris</i> Thunb.....	149
白蒿 <i>Artemisia sieversiana</i> Willd.	150
牡蒿 <i>Artemisia japonica</i> Thunb.	151
艾蒿 (台湾) <i>Artemisia princeps</i> Pamp.....	151
菱蒿 <i>Artemisia selengensis</i> Turcz.....	152

猪毛蒿	<i>Artemisia scoparia</i> Waldst. et Kitag.	153
艾蒿	<i>Artemisia argyi</i> Levl. et Vant.	154
山牛蒡	<i>Synurus deltooides</i> (Ait.) Nakai	155
关苍术	<i>Atractylodes japonica</i> Koidz. ex Kitam.	155
鬼针草	<i>Bidens bipinnata</i> L.	156
咸丰草	<i>Bidens pilosa</i> L.	157
山尖菜	<i>Cacalia hastata</i> Linn.	157
狼把草	<i>Bidens tripartita</i> L.	158
野苣蒿	<i>Gynura crepidioides</i> Benth.	159
大蓟	<i>Cirsium japonicum</i> DC.	160
滨蓟	<i>Cirsium albescens</i> Kitamura	161
小白酒草	<i>Conyza canadensis</i> (L.) Cronq.	162
烟管蓟	<i>Cirsium pendulum</i> Fisch.	163
野菊	<i>Dendranthema indicum</i> (L.) Des Moul.	164
甘菊	<i>Dendranthema lavandulaefolium</i> (Fisch.) Ling et Shih	165
东风菜	<i>Doellingeria scaber</i> (Thunb.) Nees.	166
茯苓菜	<i>Dichrocephala bicolor</i> (Roth) Schlechtendal	167
毛连菜	<i>Picris hieracioides</i> Linn. Subsp. <i>japonica</i> Krylv.	167
一点红	<i>Emilia sonchifolia</i> (L.) DC.	168
昭和草	<i>Erechtites valerianaefolia</i> (Wolf) DC.	169
沼菊	<i>Enhydra fluctuans</i> Lour.	169
鳢肠	<i>Eclipta prostrata</i> L.	170
牛膝菊	<i>Galinsoga parviflora</i> Ruiz et Pav.	171
宽叶鼠曲草	<i>Gnaphalium adnatum</i> (Wall. ex DC.) Kitam.	171
鼠麴草	<i>Gnaphalium affine</i> D. Don.	172
贝加尔鼠麴草	<i>Gnaphalium baicalense</i> Kirp.	173
秋鼠麴草	<i>Gnaphalium hypoleucum</i> DC.	173
多茎鼠麴草	<i>Gnaphalium polycaulon</i> Pers.	174
鼠麴舅	<i>Gnaphalium purpureum</i> Linn.	175
革命菜	<i>Gynura crepidioides</i> Benth.	175
泥湖菜	<i>Hemistepta lyrata</i> Bunge	176
苦苣菜	<i>Ixeris denticulata</i> (Houtt.) Stebb.	177
山苦苣	<i>Ixeris chinensis</i> (Thunb.) Nakai	178
兔子菜	<i>Lagoseris sancta</i> (L.) K. Maly.	178
剪刀股	<i>Ixeris debilis</i> A. Gray	179
匍匐苦苣菜	<i>Ixeris repens</i> A. Gray	180
齿缘苦苣菜	<i>Ixeris dentat</i> (Thunb.) Nakai	181
抱茎苦苣菜	<i>Ixeris sonchifolia</i> Hance	182
旋复花	<i>Inula japonica</i> Thunb.	183
马兰	<i>Kalimeris indica</i> (L.) Sch.-Bip.	184
全叶马兰	<i>Kalimeris integrifolia</i> Turcz.	185

山莴苣	<i>Lactuca indica</i> L.	186
蒙山莴苣	<i>Lactuca tatarica</i> (L.) C. A. Mey.	187
台湾款冬	<i>Petasites formosanus</i> Kitamura	188
阔苞菊	<i>Pluchea indica</i> (L.) Less.	189
乳苣	<i>Mulgedium tataricum</i> (L.) DC.	190
风毛菊	<i>Saussurea japonica</i> (Thunb.) DC.	191
笔管草	<i>Scorzonera albicaulis</i> Bunge	192
鸦葱	<i>Scorzonera ruprechtiana</i> Lipsch. et krasch.	193
豨薟	<i>Siegesbeckia orientalis</i> L.	194
腺梗豨薟	<i>Siegesbeckia pubescens</i> Makino	195
座地菊	<i>Soliva anthemifolia</i> R. Br.	196
山牛蒡	<i>Synurus deltoideus</i> (Ait.) Nakai	196
苦苣菜	<i>Sonchus oleraceus</i> L.	197
苣荬菜	<i>Sonchus brachyotus</i>	198
兔儿伞	<i>Syneilesis aconitifolia</i> (Bunge) Maxim.	199
蒲公英	<i>Taraxacum mongolicum</i> Hand.-Mazz.	200
台湾蒲公英	<i>Taraxacum formosanum</i> Kitamura	201
西洋蒲公英	<i>Taraxacum officinale</i> Weber	202
苍耳	<i>Xanthium sibiricum</i> Patrín	203
黄鹌菜	<i>Youngia japonica</i> (L.) DC.	204
旋花科		205
菟丝子	<i>Cuscuta chinensis</i> Lam.	205
马蹄金	<i>Dichondra repens</i> G. Forst.	205
山茱萸科		206
毛茛	<i>Cornus walteri</i> Wanger.	206
青荚叶	<i>Helwingia japonica</i> (Thunb.) Dietr.	207
景天科		208
垂盆草	<i>Sedum sarmentosum</i> Bunge	208
伽蓝菜	<i>Kalanchoe laciniata</i> (L.) DC.	209
费菜	<i>Sedum aizoon</i> L.	209
葫芦科		210
金瓜	<i>Gymnopetalum chinense</i> (Lour.) Merr.	210
大苞赤瓟	<i>Thladiantha cordifolia</i> (Blume) Cogn.	211
绞股蓝	<i>Gynostemma pentaphyllum</i> (Thunb.) Makino	212
越南裸瓣瓜	<i>Gymnopetalum chinense</i> (Lour.) Merr.	212
茅瓜	<i>Melothria heterophylla</i> (Lour.) Cogn.	213
木鳖子	<i>Momordica cochinchinensis</i> (Lour.) Spreng.	214
油瓜	<i>Hodgsonia macrocarpa</i> (Blume.) Cogn.	215
密毛栝楼	<i>Trichosanthes villosa</i> Blume.	216
苏铁科		217
篦齿苏铁	<i>Cycas pectinata</i> Griff.	217

莎草科.....	218
莎草 <i>Cyperus rotundus</i> L.....	218
骨碎补科.....	219
肾蕨 <i>Nephrolepis cordifolia</i> (L.) Presl.....	219
薯蓣科.....	220
山慈姑 <i>Dioscorea bulbifera</i> Linn.....	220
恒春山药 <i>Dioscorea fordii</i> Prain et Burk.....	221
基隆山药 <i>Dioscorea japonica</i> Thunb.....	222
山药 <i>Dioscorea alata</i> Linn.....	222
赤苍藤科.....	223
赤苍藤 <i>Erythralium scandens</i> Blume.....	223
大戟科.....	224
木薯 <i>Manihot esculenta</i> Crantz.....	224
叶下珠 <i>Phyllanthus urinaria</i> L.....	225
守宫木 <i>Sauropus androgynus</i> (Linn.) Merr.....	225
重阳木 <i>Bischofia javanica</i> Blume.....	226
金刚纂 <i>Euphorbia antiquorum</i> Linn.....	227
白饭树 <i>Flueggea virosa</i> (Roxb. ex Willd.) Baill.....	228
壳斗科.....	229
油叶柯 <i>Lithocarpus konishii</i> (Hayata) Hayata.....	229
刺栲 <i>Castanopsis hystrix</i> A. DC.....	230
牻牛儿苗科.....	231
牻牛儿苗 <i>Geranium Stephanianum</i>	231
酢浆草科.....	232
酢浆草 <i>Oxalis corniculata</i> L.....	232
紫花酢浆草 <i>Oxalis violacea</i> Linn.....	233
禾本科.....	234
白茅 <i>Imperata cylindrical</i> (L.) Beauv.....	234
五节芒 <i>Miscanthus floridulus</i> (Lab.) Warb. ex Schum. et Laut.....	235
香茅草 <i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf.....	236
牛筋草 <i>Eleusine indica</i> (L.) Gaertn.....	236
水竹 <i>Phyllostachys heteroclada</i> Oliver.....	237
粉绿竹 <i>Phyllostachys viridi-glaucescens</i> (Carr.) A. et C. Riv.....	237
篌竹 <i>Phyllostachys nidularia</i> Munro.....	238
箭竹 <i>Fargesia spathacea</i> Franch.....	238
茭笋 <i>Zizania caduciflora</i> (Turcz. ex Trin) Hand.-Mazz.....	239
水鳖科.....	240
水鳖 <i>Hydrocharis dubia</i> (Blume.) Backer.....	240
水车前 <i>Ottelia alismoides</i> (Linn.) Pers.....	241
胡桃科.....	242
野胡桃 <i>Juglans cathayensis</i> Dode.....	242

灯心草科	243
江南灯心草 <i>Juncus leschenaultii</i> Gay.....	243
唇形科.....	244
风轮菜 <i>Clinopodium chinense</i> (Benth.) Kuntze	244
藿香 <i>Agastache rugosa</i> (Fisch.et Meyer) Kuntze.....	245
益母草 <i>Leonurus artemisia</i> (Lour.) S.Y.Hu.....	245
金钱薄荷 <i>Glechoma hederacea</i> L. var. <i>grandis</i> (A. Gray) Kudo	246
活血丹 <i>Glechoma longituba</i> (Nakai) Kupr.	247
蓝萼香茶菜 <i>Isodon glaucocalyx</i> (Maxim.) Kudo	248
藜草 <i>Leonurus pseudomacranthus</i> kitag.	248
野芝麻 <i>Lamium barbatum</i> Sieb. et Zucc.....	249
地笋 <i>Lycopus lucidus</i> Turcz.....	250
仙草 <i>Mesona prolumbens</i> Hamsl	251
紫苏 <i>Perilla frutescens</i> (L.) Britton.....	252
夏枯草 <i>Prunella vulgaris</i> Linn.	253
甘露子 <i>Stachys sieboldii</i> Miq.	254
香茶菜 <i>Rabdosia amethystoidea</i> (Benth.) Hara	254
水苏 <i>Stachys japonica</i> Miq.	255
野薄荷 <i>Mentha haplocalyx</i> Briq.....	256
裂叶荆芥 <i>Schizonepeta tenuifolia</i> (Benth.) Briq.	257
百里香 <i>Thymus mongolicus</i> Ronn.....	257
木通科.....	258
台湾木通 <i>Akebia quinata</i> (Thunb.) Decne.....	258
六叶野木瓜 <i>Stauntonia hexaphylla</i> (thunb.) Decne	259
樟科.....	260
山胡椒 <i>litsea cubea</i> (lour.) pers.....	260
樟 <i>Cinnamomum camphora</i> (L.) Presl.....	261
细毛樟 <i>Cinnamomum tenuipilum</i> kosterm.....	261
豆科.....	262
相思子 <i>Abrus precatorius</i> Linn.....	262
田皂角 <i>Aeschynomene indica</i> L.....	263
合欢 <i>Albizzia julibrissin</i> Durazz.	264
两型豆 <i>Amphicarpea edgeworthii</i> Benth.	265
翹搖 <i>Astragalus sincus</i> Linn.	266
黄蓍 <i>Astragalus membranaceus</i> (Fisch.) Bunge	267
紫羊蹄甲 <i>Bauhinia purpurea</i> L.....	267
直生刀豆 <i>Canavalia ensiformis</i> (Linn.) DC.....	268
大花黄槐 <i>Cassia floribunda</i> Cav.....	269
腊肠树 <i>Cassia fistula</i> L.....	270
黄檀 <i>Dalbergia hupeana</i> Hance.....	270
铁刀木 <i>Cassia siamea</i> Lam.	271

望江南	<i>Cassia occidentalis</i> Linn.	271
茛芒决明	<i>Cassia sophora</i> L.	272
决明	<i>Cassia tora</i> Linn.	272
野大豆	<i>Glycine soja</i> Sieb. et Zucc.	273
米口袋	<i>Gueldenstaedtia multiflora</i> Bunge	274
鸡眼草	<i>Kummerowia striata</i> (Thunb.) Schindl.	275
长萼鸡眼草	<i>Kummerowia stipulacea</i> (Maxim.) Makino	276
茛芒香豌豆	<i>Lathyrus davidii</i> Hance	277
猪仔笠	<i>Eriosema chinense</i> Vog.	277
白皮银合欢	<i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit	278
南苜蓿	<i>Medicago hispida</i> Gaertn.	279
野苜蓿	<i>Medicago falcata</i> L.	280
小苜蓿	<i>Medicago minima</i> Linn. Grubb.	281
天蓝苜蓿	<i>Medicago lupulina</i> L.	282
紫花苜蓿	<i>Medicago sativa</i> L.	283
胡卢巴	<i>Trigonella foenum-graecum</i> L.	284
山葛	<i>Pueraria lobata</i> (Wild.) Ohwi	284
三裂叶野葛	<i>Pueraria phaseoloides</i> (Roxb.) Benth.	285
食用葛	<i>Pueraria edulis</i> Pampan.	285
鹿藿	<i>Rhynchosia volubilis</i> Lour.	286
洋槐	<i>Robinia pseudoacacia</i> L.	287
大花田菁	<i>Sesbania grandiflora</i> (L.) Pers.	288
槐	<i>Sophora japonica</i> L.	289
小巢菜	<i>Vicia hirsute</i> (L.) S.F. Gray	290
广东野豌豆	<i>Vicia cracca</i> L.	291
野豌豆	<i>Vicia sepium</i> L.	293
歪头菜	<i>Vicia unjuga</i> A. Br.	294
救荒野豌豆	<i>Vicia sativa</i> L.	295
大叶草藤	<i>Vicia pseudo-orobus</i> Fisch. et Mey.	296
兵豆	<i>Lens culinaris</i> Medic	297
百合科		298
黄花菜	<i>Hemerocallis citrina</i> Baroni	298
芦荟	<i>Aloe vera</i> var. <i>Chinensis</i> (Haw.) Berg	299
小黄花菜	<i>Hemerocallis minor</i> Mill.	300
菝葜	<i>Smilax china</i> L.	301
卵叶韭	<i>Allium ovalifolium</i> Hand. - Mazz.	301
天门冬	<i>Asparagus cochinchinensis</i> (Lour.) Merr.	302
宽叶韭	<i>Allium hookeri</i> Thwaites	302
茗葱	<i>Allium victorialis</i> L.	303
毛百合	<i>Lilium dauricum</i> Ker-Gawl.	304
百合	<i>Lilium brownii</i> var. <i>viridulum</i> Baker	304

薤白	<i>Allium macrostemon</i> Bunge	305
渥丹	<i>Lilium concolor</i> Salisb.	305
玉竹	<i>Polygonatum odoratum</i> (Mill.) Druce	306
黄精	<i>Polygonatum sibiricum</i> Delar. ex Redoute	306
鹿药	<i>Smilacina japonica</i> A. Gray	307
兴安鹿药	<i>Smilacina dahurica</i> Turcz. ex Mey.	307
千屈菜科		308
虾子花	<i>Woodfordia fruticosa</i> (L.) Kuiz	308
锦葵科		309
野西瓜苗	<i>Hibiscus trionum</i> L.	309
冬葵	<i>Malva verticillata</i> L.	310
木芙蓉	<i>Hibiscus mutabilis</i> L.	311
扶桑	<i>Hibiscus rosa-sinensis</i> Linn.	311
玫瑰茄	<i>Hibiscus sabdariffa</i> L.	312
冬葵子	<i>Abutilon indicum</i> (Linn.) Sweet	312
山芙蓉	<i>Hibiscus taiwanensis</i> S. Y. Hu	313
黄槿	<i>Hibiscus tiliaceus</i> Linn.	314
裂瓣朱槿	<i>Hibiscus schizopetalus</i> talus Hook.f.	314
虱母子	<i>Urena lobata</i> Linn.	315
木槿	<i>Hibiscus syriacus</i> Linn.	315
苹科		316
苹	<i>Marsilea quadrifolia</i> L.	316
楝科		317
台湾树兰	<i>Aglaia elliptifolia</i> Merr.	317
香椿	<i>Toona sinensis</i> (A.Juss.) Roem.	318
防己科		319
发菜	<i>Parabaena sagittata</i> Miers	319
含羞草亚科		320
肉果金合欢	<i>Acacia concinna</i> (Willd.) DC	320
臭菜	<i>Acacia pennata</i> (Linn.) Willd.	321
桑科		322
面包树	<i>Artocarpus altilis</i> (Park) Fosberg	322
波罗蜜	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	323
小构树	<i>Broussonetia kazinoki</i> Sieb. et Zucc.	324
构树	<i>Broussonetia papyrifera</i> (L.) Vent.	325
牛乳榕	<i>Ficus erecta</i>	325
台湾栝树	<i>Cudrania cochinchinensis</i> (Lour.) Kudo et Masam	326
果榕	<i>Ficus septica</i> Burm. F.	326
爱玉子	<i>Ficus awkeotsang</i> Makino	327
苜蓿	<i>Ficus pumila</i> Linn.	328
台湾天仙果	<i>Ficus formosana</i> Maxim.	328