

THÀNH PHẦN LOÀI THỰC VẬT ĂN ĐƯỢC SỬ DỤNG LÀM THỰC PHẨM CỦA CỘNG ĐỒNG K'HO: NGHIÊN CỨU ĐIỂM TẠI RỪNG PHÒNG HỘ NAM BAN, TỈNH LÂM ĐỒNG

Nguyễn Văn Hợp¹, Bùi Mạnh Hưng², Nguyễn Thị Hà¹, Phạm Văn Hoàng³

¹Trường Đại học Lâm nghiệp - Phân hiệu Đồng Nai

²Trường Đại học Lâm nghiệp

³Ban Quản lý rừng phòng hộ Nam Ban

TÓM TẮT

Thực vật ăn được trong tự nhiên là nguồn thực phẩm trong các bữa ăn hằng ngày của các cộng đồng bản địa, đồng thời cung cấp và bổ sung các chất dinh dưỡng, vitamin cần thiết cho cơ thể. Tuy nhiên, nguồn tài nguyên này chưa được khám phá dựa trên kinh nghiệm và hiểu biết của cộng đồng K'ho ở Ban Quản lý rừng phòng hộ (RPH) Nam Ban, tỉnh Lâm Đồng. Do đó, nghiên cứu này đã được thực hiện. Các phương pháp đánh giá nhanh nông thôn (RRA), đánh giá nông thôn có sự tham gia của người dân (PRA), điều tra tuyến đã được sử dụng để giải quyết các mục tiêu trên. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng, cộng đồng K'ho có sự hiểu biết đa dạng về những loài thực vật ăn được, kinh nghiệm thu hái, sử dụng và chế biến thực phẩm. Tổng số 93 loài, 79 chi, 47 họ thuộc 3 ngành thực vật bậc cao có mạch đã được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm. Có 10 dạng sống khác nhau được xác định làm thực phẩm. Chúng phân bố ở 5 môi trường sống, tập trung ở độ cao 1000 m đến 1200 m. Mười bộ phận của thực vật đã được tìm thấy, bên cạnh đó các phương pháp sơ chế để xử lý, loại bỏ chất độc, chất nhựa cũng đã được xác định. Có 9 cách chế biến thực vật làm thực phẩm đã được cộng đồng K'ho sử dụng để chế biến các món ăn truyền thống như Cháo chua, Canh chua, lá Bét nấu thịt trâu, Biệp pù, Mây nướng... Nghiên cứu cũng ghi nhận một số loài thực vật có giá trị được đem bán trên thị trường.

Từ khóa: cộng đồng K'Ho, kiến thức bản địa, rừng phòng hộ Nam Ban, thành phần loài, thực vật ăn được.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Các cộng đồng cư dân bản địa sống ở những khu vực gần rừng và phụ thuộc vào việc sử dụng thực vật hoang dại hoặc các bộ phận của cây để đáp ứng nhu cầu của họ và thường có hiểu biết sâu sắc về việc sử dụng chúng. Các nguồn tài nguyên trong tự nhiên được sử dụng theo nhiều cách: như gỗ, nhiên liệu, thực phẩm, rau dại, gia vị, trái cây hoang dại. Trong đó, thực vật ăn được đóng vai trò chính trong việc cung cấp thực phẩm cho các cộng đồng ở nhiều vùng nông thôn, miền núi trên thế giới (Sundriyal và cộng sự, 2003). Từ thời xa xưa, con người đã thu thập tài nguyên thực vật để đáp ứng các yêu cầu hàng ngày khác nhau. Hàng trăm triệu người, chủ yếu ở các nước đang phát triển, có được một phần đáng kể tiền sinh hoạt và thu nhập từ các sản phẩm thực vật hoang dại (Schippmann và cộng sự, 2002). Thực vật ăn được hoang dại cung cấp một số chất dinh dưỡng và vitamin quan trọng cho người bản địa (Ali-Shtayeh và cộng sự, 2008). Tuy nhiên, trong kịch bản hiện nay, truyền thống và kiến thức bản địa liên quan đến thực

thực vật làm thực phẩm đang bị thu hẹp do các hoạt động phát triển kinh tế, hiện tượng di cư từ nông thôn ra thành thị, thay đổi truyền thống văn hóa, ảnh hưởng từ lối sống phương tây, hay sự cám dỗ của thức ăn nhanh, tài nguyên thiên nhiên suy giảm (Rao và cộng sự, 2015), thay đổi điều kiện môi trường, phá rừng... (Bhatia và cộng sự, 2015). Do đó, các hoạt động nghiên cứu, thu thập, tư liệu hóa và lưu giữ những kiến thức truyền thống về thực vật ăn được hoang dại làm thực phẩm của các cộng đồng cư dân bản địa là hết sức cần thiết.

Cộng đồng dân tộc Cờ Ho còn được gọi là Kơ Ho, K'ho là một trong 54 dân tộc ở Việt Nam có dân số 166.112 người, cư trú ở 46/63 tỉnh, thành phố (vi.wikipedia.org). Trong đó, 145.665 người sinh sống ở tỉnh Lâm Đồng (chiếm 12,3%) và chiếm 87,7% tổng số người K'ho ở Việt Nam (Ban chỉ đạo điều tra dân số, 2010). Cộng đồng K'ho theo chế độ mẫu hệ, do đó tên của các con được đặt theo họ của mẹ. Họ nấu ăn bằng ống tre, sử dụng dụng cụ nấu bằng đất nung, đồ uống được giữ trong vỏ quả bầu khô, họ thường nấu canh rau rừng với các

loại gia vị như hạt tiêu, ớt... (vov4.vov.vn). Cộng đồng K'ho cư trú ở Ban Quản lý rừng phòng hộ (RPH) Nam Ban cũng mang những nét văn hóa đặc trưng như vậy.

RPH Nam Ban có tổng diện tích 22.174 ha, bao gồm 36 tiểu thuộc địa giới hành chính 8 xã và 2 thị trấn là Phú Sơn, Đạ Đờn, Phi Tô, Nam Hà, Đông Thanh, Gia Lâm, Mê Linh, Phúc Thọ, thị trấn Nam Ban và Dinh Văn, thuộc huyện Lâm Hà, tỉnh Lâm Đồng. Với đặc trưng địa hình đồi núi bị chia cắt mạnh bởi các khe suối, theo hướng từ Tây Bắc xuống Đông Nam, các dãy núi có độ cao từ 980 m đến 1982 m (Báo cáo Ban Quản lý rừng phòng hộ Nam Ban, 2017). RPH Nam Ban là nơi cư trú của nhiều cộng đồng sinh sống, đồng thời là nơi cung cấp tài nguyên thực vật ăn được hoang dại cho người dân địa phương, đặc biệt là đồng bào K'ho. K'ho theo tiếng Chăm cổ có nghĩa là người ở trên cao, người miền núi, là dân tộc bản địa có dân số đông nhất tại RPH Nam Ban với dân số 17.146 người (lamdong.gov.vn). Trong quá trình hình thành và phát triển, cộng đồng K'ho đã biết sử dụng các loài thực vật hoang dại làm thực phẩm cho các bữa ăn hằng ngày. Tuy nhiên, cho đến nay các nghiên cứu sử dụng thực vật làm thực phẩm dựa trên tri thức bản địa của cộng đồng K'ho chưa được thực hiện. Do đó nghiên cứu này đã được thực hiện nhằm giải đáp các câu hỏi: (1) những loài thực vật hoang dại nào được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm; (2) những kiến thức và kinh nghiệm thu hái, sử dụng, sơ chế, chế biến thức ăn và các món ăn đặc trưng của cộng đồng K'ho là gì?; (3) những loài thực vật nào được lưu thông trên thị trường, giá trị kinh tế của nó là bao nhiêu?.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu được thực hiện từ tháng 2, 3, 4, 5 năm 2018 tại xã Mê Linh, Phi Tô và Phú Sơn thuộc RPH Nam Ban, tỉnh Lâm Đồng.

Phương pháp kế thừa: Các tài liệu liên quan đến nghiên cứu, kinh nghiệm sử dụng thực vật làm thực phẩm của cộng đồng K'ho.

Phương pháp phỏng vấn: Một số công cụ của phương pháp đánh giá nhanh nông thôn

(RRA), phương pháp đánh giá nông thôn có sự tham gia của người dân (PRA) (Gary J, Martin, 2002) đã được sử dụng để thu thập thông tin cần thiết về thành phần loài và kinh nghiệm sử dụng thực vật làm thực phẩm của cộng đồng K'ho ở RPH Nam Ban.

Phương pháp điều tra thực địa: Sau khi khảo sát sơ bộ, 8 tuyến điều tra đã được thiết lập, các tuyến này được thiết kế đi qua các trạng thái rừng (môi trường sống), độ cao khác nhau đại diện cho khu vực nghiên cứu. Tổng số 45 hộ gia đình đã được lựa chọn phỏng vấn nhằm cung cấp các thông tin cần thiết và chỉ dẫn trên các tuyến điều tra. Các hộ gia đình được lựa chọn là những hộ gia đình có kinh nghiệm đi rừng thu hái, sơ chế, chế biến các món ăn truyền thống từ các loài thực vật hoang dại. Cùng với việc xác định tên địa phương, tên phổ thông của các loài thực vật, các thông tin về bộ phận sử dụng, bảo quản, xử lý trước khi chế biến, cách chế biến... cũng được xác định thông qua phỏng vấn trên các tuyến điều tra. Mẫu vật được thu thập theo phương pháp của Nguyễn Nghĩa Thìn (1997).

Phương pháp xử lý số liệu: Căn cứ kết quả điều tra thực địa và phỏng vấn các bên liên quan, tất cả các mẫu vật thu được trong quá trình điều tra được giám định tên loài bằng phương pháp hình thái so sánh. Các tài liệu được sử dụng để định danh loài gồm: Cây cỏ Việt Nam (Phạm Hoàng Hộ, 1999-2003), Cẩm nang tra cứu và nhận biết các họ thực vật hạt kín ở Việt Nam (Nguyễn Tiên Bản, 1997). Tên địa phương của thực vật (Tên K'ho) được xác định thông qua chỉ dẫn, phỏng vấn cộng đồng người K'ho. Tên phổ thông (Tên Việt Nam) được xác định dựa trên tài liệu Cây cỏ Việt Nam của Phạm Hoàng Hộ (1999-2003). Tên khoa học được chính lý, xác định theo theplantlist.org, tropicos.org. Danh lục các loài được sắp xếp theo hệ thống của Brummitt (1992). Dạng sống của thực vật được xác định theo tài liệu Cây cỏ Việt Nam (Phạm Hoàng Hộ, 1999-2003). Phân bố của thực vật theo độ cao, sinh cảnh (trạng thái rừng) được xác định bằng máy định vị GPS 76CSx kết hợp với bản

đồ hiện trạng rừng (2016) của đơn vị. Ba đai độ cao (1000 - 1200 m, 1201 - 1400 m và 1401 - 1700 m) được phân chia dựa trên cơ sở phân chia của Thái Văn Trường (1978) và sự phân bố thực tế của các loài thực vật làm thực phẩm (từ độ cao 978 m đến 1678 m). Các dữ liệu được tổng hợp và phân tích bằng phần mềm Mapinfo 11.5 và Excel 2010.

3. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

3.1. Thành phần loài và phân bố của thực vật làm thực phẩm

3.1.1. Thành phần loài thực vật làm thực phẩm

Tổng số 93 loài, 79 chi, 47 họ thuộc 3 ngành thực vật bậc cao có mạch là ngành Dương xỉ (Polypodiophyta), ngành Thông (Pinophyta) và ngành Ngọc lan (Magnoliophyta) đã được cộng đồng dân tộc K'ho sử dụng làm thực phẩm (Bảng 1).

Bảng 1. Thành phần loài thực vật làm thực phẩm theo kinh nghiệm của cộng đồng K'ho

TT	Tên			Tên họ	Dạng sống	Bộ phận sử dụng
	Việt Nam	K'ho	Khoa học			
I. Ngành Dương xỉ - Polypodiophyta						
1	Hiện dục Nam Bộ	Rò dư	<i>Angiopteris cochinchinensis</i> de Vriese	Angiopteridaceae	Thân thảo	Thân rễ
2	Dớn	R'tồn	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.	Aspleniaceae	Thân thảo	Ngon, thân non
II. Ngành Thông - Pinophyta						
3	Bét	Biap sê	<i>Gnetum gnemon</i> var. <i>griffithii</i> (Parl.) Markgraf	Gnetaceae	Bụi trườn	Lá, ngon non, quả
III. Ngành Ngọc lan - Magnoliophyta						
A. Lớp Ngọc lan - Magnoliopsida						
4	Dền gai	Nha rhum	<i>Amaranthus spinosus</i> L.	Amaranthaceae	Thân thảo	Ngon non, lá non
5	Mào gà trắng	Biap giăng vôi	<i>Celosia argentea</i> L.	Amaranthaceae	Thân thảo	Lá non
6	Thanh trà	Pờ ợ vrê	<i>Bouea oppositifolia</i> (Roxb.) Adelb.	Anacardiaceae	Gỗ trung bình	Quả, lá non
7	Rau má	Tor ne	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urb.	Apiaceae	Thân thảo	Toàn cây
8	Rau cần com	Biệp sấp	<i>Oenanthe javanica</i> (Blume) DC.	Apiaceae	Thân thảo	Ngon non
9	Guôi	Bơ sê	<i>Willughbeia edulis</i> Roxb.	Apocynaceae	Bụi trườn	Quả
10	Lòng mức ngờ	Biệp điang đông	<i>Wrightia dubia</i> (Sims) Spreng.	Apocynaceae	Bụi	Lá non
11	Đơn châu chấu	Chi lô	<i>Aralia armata</i> (Wall. ex G.Don) Seem.	Araliaceae	Bụi	Ngon non
12	Rau má hương	Rơ ne	<i>Hydrocotyle sibthorpioides</i> Lam.	Araliaceae	Thân bò	Toàn cây
13	Nhật phiến	Chi tê tã	<i>Trevesia palmata</i> (Roxb. ex Lindl.) Vis.	Araliaceae	Bụi	Quả
14	Đơn buốt	Chàng dôi	<i>Bidens pilosa</i> L.	Asteraceae	Thân thảo	Ngon non
15	Chua lê nhám	Nhót prong	<i>Emilia scabra</i> DC.	Asteraceae	Thân thảo	Ngon non
16	Tàu bay	R'guh, Nha par	<i>Gynura crepidioides</i> Benth.	Asteraceae	Thân thảo	Lá non, ngon non
17	Cúc tần		<i>Pluchea indica</i> (L.) Less.	Asteraceae	Thân thảo	Ngon non, lá non
18	Núc áo	Biệp cơ kas	<i>Spilanthes iabadicensis</i> A.H.Moore	Asteraceae	Thân thảo	Ngon non
19	Cải đất Ấn	Biệp cai dor	<i>Rorippa indica</i> (L.) Hiern	Brassicaceae	Thân thảo	Lá non
20	Ngân đẵng java	Bo Ka Bo	<i>Codonopsis javanica</i> (Blume) Hook.f. & Thomson	Campanulaceae	Dây leo	Củ, quả
21	Nhã hoa	Tor ne	<i>Lobelia nummularia</i> Lam.	Campanulaceae	Thân bò	Toàn cây
22	Bứa Poilane	Srôn	<i>Garcinia poilanei</i> Gagnep.	Clusiaceae	Gỗ lớn	Ngon non, lá, quả
23	Dây bát	Plai kho	<i>Coccinia grandis</i> L.	Cucurbitaceae	Dây leo	Lá, Ngon non
24	Dưa rừng	Lềng dâ	<i>Cucumis trigonus</i> Rox.	Cucurbitaceae	Dây leo	Ngon, quả
25	Đài hái	Váp púc	<i>Hodgsonia macrocarpa</i> (Bl.) Cogn.	Cucurbitaceae	Dây leo	Hạt
26	Mướp đắng rừng	Biệp p'rên botăng	<i>Momordica charantia</i> L.	Cucurbitaceae	Dây leo	Lá, ngon non, quả

TT	Tên			Tên họ	Dạng sống	Bộ phận sử dụng
	Việt Nam	K'ho	Khoa học			
27	Côm lá bẹ	Nhal	<i>Elaeocarpus stipularis</i> Blume	Elaeocarpaceae	Gỗ lớn	Ngọn non, lá non
28	Dang	Srònh	<i>Aganonerion polymorphum</i> Spire	Euphorbiaceae	Dây leo	Lá, ngọn non
29	Chua mòi	Chi plei sãng rai	<i>Antidesma ghaesembilla</i> Gaertn.	Euphorbiaceae	Gỗ nhỏ	Lá non, quả
30	Dâu ta		<i>Baccaurea ramiflora</i> Lour.	Euphorbiaceae	Gỗ trung bình	Quả
31	Sóc Dalton	Chộ pan	<i>Glochidion daltonii</i> (Müll.Arg.) Kurz	Euphorbiaceae	Gỗ nhỏ	Lá non
32	Bồ ngót	Krít	<i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.	Euphorbiaceae	Bụi	Lá, ngọn non
33	Dẻ núi dinh	Play gol	<i>Lithocarpus dinhensis</i> (Hickel & A.Camus) A.Camus	Fagaceae	Gỗ trung bình	Quả
34	Muôi Chevalier	Vơ nhằng	<i>Melastoma chevalieri</i> Guillaumin	Melastomataceae	Bụi	Quả
35	Muôi bà	Vơ nhằng	<i>Melastoma sanguineum</i> Sims	Melastomataceae	Bụi	Quả
36	Tiết dẻ	Sam sam	<i>Cissampelos pareira</i> L.	Menispermaceae	Dây leo	Lá
37	Mít rừng	Vờ nat vrê	<i>Artocarpus chama</i> Buch.-Ham.	Moraceae	Gỗ lớn	Quả
38	Mít chay		<i>Artocarpus gomezianus</i> Wall. ex Trécul	Moraceae	Gỗ trung bình	Quả
39	Sộp	Tầm drê	<i>Ficus superba</i> var. <i>japonica</i> Miq.	Moraceae	Gỗ lớn	Lá non
40	Si	Jrê	<i>Ficus benjamina</i> L.	Moraceae	Gỗ lớn	Lá non
41	Sung lá cong	Pài nha ar	<i>Ficus cyrtophylla</i> (Wall. ex Miq.) Miq.	Moraceae	Bụi	Quả
42	Vú bò lá xê	Cơ neng so	<i>Ficus heterophylla</i> L.f.	Moraceae	Bụi	Quả
43	Ngái	Tầm lùì	<i>Ficus hispida</i> L.f.	Moraceae	Gỗ nhỏ	Quả
44	Sung	Pài nha ar	<i>Ficus racemosa</i> L.	Moraceae	Gỗ lớn	Lá non, quả
45	Sung lông	Biệp srat	<i>Ficus villosa</i> Blume	Moraceae	Dây leo	Quả
46	Thanh mai	Chi kreh	<i>Myrica esculenta</i> Buch.-Ham. ex D. Don	Myricaceae	Gỗ nhỏ	Lá non, ngọn, quả
47	Ngút	Chi sãng rai	<i>Embelia undulata</i> (Wall.) Mez	Myrsinaceae	Gỗ nhỏ	Lá, ngọn non
48	Trâm	Nhàl	<i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels	Myrtaceae	Gỗ lớn	Quả
49	Sim	Plei pnhang	<i>Rhodomyrtus tomentosa</i> (Aiton) Hassk.	Myrtaceae	Bụi	Quả
50	Hồng trục	Prò nhàu	<i>Erythralium scandens</i> Blume	Olacaceae	Bụi trườn	Lá non
51	Dương đầu leo	Biệp krát	<i>Olex scandens</i> Roxb.	Olacaceae	Bụi trườn	Lá, ngọn
52	Rau dĩa nước	Biệp lờ u đạ	<i>Ludwigia adscendens</i> (L.) H.Hara	Onagraceae	Thân thảo	Ngọn non
53	Giải thùỳ Lyle	Tong tiah	<i>Anoectochilus lylei</i> Rolfe ex Downie	Orchidaceae	Thân thảo	Ngọn non
54	Chua me đất	Mil srat	<i>Oxalis corniculata</i> L.	Oxalidaceae	Thân bò	Lá, quả
55	Chùm bao trứng	Crê	<i>Passiflora edulis</i> Sims	Passifloraceae	Dây leo	Ngọn, lá non, quả
56	Nhãn lồng	Biệp sol	<i>Passiflora foetida</i> L.	Passifloraceae	Dây leo	Ngọn, lá non, quả
57	Mồng toi núi	Tờ Ruôs	<i>Francfleurya honbaensis</i> A.Chev. & Gagnep.	Pentaphragmataceae	Thân thảo	Lá non
58	Rau răm	Biệp đơng boh	<i>Polygonum odoratum</i> Lour.	Polygonaceae	Thân thảo	Quả, lá non, ngọn
59	Rau sam	Chung a da	<i>Portulaca oleracea</i> L.	Polygonaceae	Thân bò	Ngọn non
60	Quần hoa	Chi ngôm	<i>Helicia nilagirica</i> Bedd.	Proteaceae	Gỗ nhỏ	Ngọn non
61	Re sum	Ti tầm	<i>Rubus multibracteatus</i> H.L.v. & Vaniot	Rosaceae	Bụi trườn	Ngọn non, lá non, quả
62	Bướm bạc nhẵn	Biệp cal her	<i>Mussaenda glabra</i> Vahl.	Rubiaceae	Bụi	Ngọn non
63	An điển sát	Biệp bup	<i>Hedyotis pressa</i> Pierre ex Pit.	Rubiaceae	Thân thảo	Ngọn non
64	Bưởi bung	Gờ neng sơ	<i>Acronychia pedunculata</i> (L.) Miq.	Rutaceae	Gỗ tb	Quả
65	Thù lù cạnh	Biệp klon	<i>Physalis angulata</i> L.	Solanaceae	Thân thảo	Lá, ngọn non
66	Lù lù đực	Biệp klon	<i>Solanum americanum</i> Mill.	Solanaceae	Thân thảo	Lá, ngọn non

TT	Tên			Tên họ	Dạng sống	Bộ phận sử dụng
	Việt Nam	K'ho	Khoa học			
67	Cà pháo	Prên Jùn	<i>Solanum torvum</i> Sw.	Solanaceae	Bụi	Quả
68	Cà ản	Blân, kuor	<i>Solanum violaceum</i> Ortega.	Solanaceae	Bụi	Quả
69	Cò ke	Ē bê	<i>Microcos tomentosa</i> Sm.	Tiliaceae	Gỗ nhỏ	Quả
70	Thuốc vòi lông	Biệp mbar	<i>Pouzolzia hirta</i> Blume ex Hassk.	Urticaceae	Thân thảo	Ngọn non
71	Hồ đăng java	Nha srat	<i>Cissus javana</i> DC.	Vitaceae	Dây leo	Lá, ngọn non
72	Tứ thư vuông	Plei sesah	<i>Tetrastigma quadrangulum</i> Gagnep. & Craib	Vitaceae	Dây leo	Quả
B. Lớp Hành - Liliopsida						
73	Môn nước	Trau	<i>Colocasia esculenta</i> (L.) Schott	Araceae	Thân thảo	Lá non
74	Mây lá rộng	Gòl, Yêl	<i>Calamus bousigonii</i> Becc.	Arecaceae	Thân cau	Đọt non
75	Đùng đỉnh	Gol drung	<i>Caryota mitis</i> Lour.	Arecaceae	Thân cau	Ngọn non, thân
76	Đùng đỉnh ngứa	Biệp cre	<i>Caryota urens</i> L.	Arecaceae	Thân cau	Thân
77	Kê tàu	Gol sra	<i>Livistona chinensis</i> (Jacq.) R.Br. ex Mart.	Arecaceae	Thân cau	Đọt non
78	Cau chuột Nam Bộ	Gol tông	<i>Pinanga cochinchinensis</i> Blume	Arecaceae	Thân cau	Đọt non
79	Trai thường	Ninh nùng	<i>Commelina communis</i> L.	Commelinaceae	Thân thảo	Ngọn
80	Trai lá dài	Ninh nùng	<i>Commelina longifolia</i> Lam.	Commelinaceae	Thân thảo	Ngọn
81	Mía dò	Vláp xe	<i>Costus speciosus</i> (Koenig.) Smith	Costaceae	Thân thảo	Lá non
82	Củ nâu	Dle	<i>Dioscorea cirrhosa</i> Lour.	Dioscoreaceae	Dây leo	Củ
83	Chuối hoang nhọn	Du Prit	<i>Musa acuminata</i> Colla	Musaceae	Thân thảo	Lá non, hoa, quả, củ
84	Dừa nhiều nhân	Gol sokò	<i>Pandanus tectorius</i> Sol	Pandanaceae	Bụi	Quả
85	Lô ô	Bằng đơr	<i>Bambusa procera</i> A.Chev. & A.Camus	Poaceae	Thân thảo	Măng
86	Cỏ tranh	Nhót da	<i>Imperata cylindrica</i> (L.) Raeusch.	Poaceae	Thân thảo	Thân rễ
87	Sậy Nam	Bro	<i>Phragmites australis</i> (Cav.) Trin. ex Steud.	Poaceae	Thân thảo	Măng
88	Sậy	Biệp tiêng ko	<i>Phragmites vallatorius</i> (Pluk. ex L.) Veldkamp	Poaceae	Thân tre	Măng
89	Le nhất liên	Bằng gle	<i>Pseudoxytenanthera monadelph</i> (Thwaites) Soderstr. & R.P.Ellis	Poaceae	Thân tre	Măng
90	Rau mác bao	Tríc	<i>Monochoria vaginalis</i> (Burm.f.) C.Presl	Pontederiaceae	Thân thảo	Lá non, hoa
91	Ngái tiên Poilane	Biệp bằng lar	<i>Hedychium poilanei</i> K.Larsen.	Zingiberaceae	Thân thảo	Lá non
92	Gừng gió	Pruh	<i>Zingiber zerumbet</i> (L.) Roscoe ex Sm.	Zingiberaceae	Thân thảo	Lá non, củ
93	Đại sa Trung Bộ	Biệp bằng hu	<i>Geostachys annamensis</i> Ridl.	Zingiberaceae	Thân thảo	Lá non, củ

Phân tích sâu hơn về thành phần loài thực vật được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm cho thấy, ngành Dương xỉ có 2 loài (2,15%), 2 chi (2,53%), 2 họ (4,26%); ngành Thông chỉ có 1 loài (1,08%), 1 chi (1,27%) và 1 họ (2,13%); ngành Ngọc lan gồm 90 loài (96,77%), 76 chi (96,20%) của 44 họ (93,62%). Như vậy, hầu hết các loài thực vật làm thực phẩm thuộc ngành Ngọc lan (chiếm trên 93% ở tất cả các bậc phân loại). Trong đó, lớp Ngọc lan (Magnoliopsida) chiếm ưu thế với 69 loài (74,19%), 58 chi (73,42%), 34 họ (72,34%); lớp Hành (Liliopsida) có 21 loài

(22,58%), 18 chi (22,78%) và 10 họ (21,28%).

Các họ thực vật giàu loài nhất là họ Dâu tằm (Moraceae) 9 loài; 4 họ gồm họ Cúc (Asteraceae), Thầu dầu (Euphorbiaceae), Cau dừa (Arecaceae), Hòa thảo (Poaceae) có cùng 5 loài; họ Cà (Solanaceae), Bầu bí (Cucurbitaceae) cùng có 4 loài; họ Ngũ gia bì (Araliaceae), Gừng (Zingiberaceae) có cùng 3 loài, 12 họ có 2 loài và 26 họ đơn loài. Chi Sung (*Ficus*) đa dạng nhất với 7 loài, Cà (*Solanum*) 3 loài, 6 chi gồm Mua (*Melastoma*), Mít (*Artocarpus*), Lạc tiên (*Passiflora*), Đùng đỉnh (*Caryota*), Trai (*Commelina*), Sậy

(*Phragmites*) có cùng 2 loài và 71 chi đơn loài. Qua phân tích cho thấy, thành phần loài thực vật được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm ở RPH Nam Ban khá đa dạng và phong phú.

3.1.2. Đa dạng về dạng sống của thực vật làm thực phẩm

Sự đa dạng về dạng sống của thực vật được người K'ho sử dụng làm thực phẩm được thể hiện ở bảng 2.

Bảng 2. Đa dạng về dạng sống của thực vật làm thực phẩm

TT	Dạng sống	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Gỗ lớn	7	7,53
2	Gỗ trung bình	5	5,38
3	Gỗ nhỏ	7	7,53
4	Bụi	13	13,98
5	Bụi trườn	5	5,38
6	Dây leo	13	13,98
7	Thân thảo	32	34,41
8	Thân bò	4	4,30
9	Thân cau	5	5,38
10	Thân tre	2	2,15
Tổng		93	100

Dẫn liệu bảng 2 cho thấy, tổng số 10 dạng sống khác nhau của thực vật được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm. Trong đó, nhiều nhất là dạng thân thảo 32 loài (34,41%), thấp nhất là thân tre với 2 loài (2,15%). Kết quả nghiên cứu cũng chỉ ra rằng cộng đồng K'ho còn biết sử dụng những loài cây thân gỗ để làm

thực phẩm với 19 loài (20,44%), các loài trong nhóm này chủ yếu cung cấp quả và lá non.

3.1.3. Phân bố của thực vật làm thực phẩm theo môi trường sống

Kết quả xác định phân bố của thực vật ăn được theo môi trường sống được thể hiện ở bảng 3.

Bảng 3. Phân bố của thực vật ăn được theo môi trường sống

TT	Dạng sinh cảnh	Số loài	Tỉ lệ (%)
1	Rừng hỗn giao lá rộng và lá kim	28	30,11
2	Rừng lá rộng thường xanh	24	25,81
3	Ven rừng và nương rẫy	23	24,73
4	Dọc theo suối và sinh lầy	36	38,71
5	Rừng thông	17	18,28

Thực vật làm thực phẩm theo kinh nghiệm của cộng đồng K'ho được xác định phân bố ở 5 môi trường sống khác nhau. Dọc theo bờ suối và sinh lầy là sinh cảnh có số lượng loài phân bố nhiều nhất 36 loài (38,71%), tiếp theo là rừng hỗn giao lá rộng và lá kim 28 loài (30,11%), ít nhất là rừng thông 17 loài (18,28%). Kết quả này là cơ sở dữ liệu tham khảo quan trọng khi thuần hóa và gây trồng các loài cây ăn được trong tự nhiên nhằm cung

cấp cho nhu cầu làm thực phẩm của cộng đồng K'ho ở địa phương cũng như đem bán trên thị trường.

3.1.4. Phân bố của thực vật làm thực phẩm theo độ cao

Theo sự chỉ dẫn của những người có kinh nghiệm thu hái thực vật làm thực phẩm, chúng tôi đã tư liệu hóa và ghi nhận sự phân bố của thực vật theo độ cao tại khu vực nghiên cứu. Kết quả được chỉ ra ở bảng 4.

Bảng 4. Phân bố của thực vật làm thực phẩm theo độ cao

TT	Độ cao (m)	Số loài	Tỷ lệ %
1	1000 - 1200	69	74,19
2	1201 - 1400	38	40,86
3	1401 - 1700	22	23,66

(Chú thích: Một loài có thể phân bố ở nhiều độ cao khác nhau)

Theo đó, các loài thực vật được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm phân bố chủ yếu ở độ cao từ 1000 m đến 1200 m với 69 loài (74,19%), tiếp theo là độ cao từ 1201 m đến 1400 m với 38 loài (40,86%) và ít nhất là độ cao 1401 m đến 1700 m với 22 loài (23,66%). Như vậy, thực vật làm thực phẩm tại khu vực nghiên cứu có xu hướng giảm khi độ cao tăng.

3.2. Kiến thức bản địa về thực vật làm thực phẩm của cộng đồng K'ho

3.2.1. Đa dạng bộ phận sử dụng của thực vật

Kết quả điều tra thực địa và phân loại bộ phận sử dụng theo chỉ dẫn của những người có kinh nghiệm thu hái thực vật ăn được của đồng bào K'ho làm thực phẩm được thể hiện ở bảng 5.

Bảng 5. Đa dạng bộ phận sử dụng của thực vật làm thực phẩm

TT	Bộ phận sử dụng	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Củ	5	5,38
2	Lá	41	44,09
3	Quả	35	37,63
4	Hạt	2	2,15
5	Hoa	2	2,15
6	Ngọn	40	43,01
7	Măng	4	4,30
8	Thân	1	1,08
9	Toàn cây	3	3,23
10	Thân rễ	2	2,15

(Chú thích: Một loài có thể cho một hoặc nhiều bộ phận khác nhau làm thực phẩm)

Tổng số 10 bộ phận khác nhau của thực vật đã được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm trong các bữa ăn hằng ngày. Tùy thuộc vào từng loài thực vật cụ thể và món ăn dự định chế biến mà bộ phận của thực vật được sử dụng khác nhau. Bộ phận lá, ngọn và quả được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm chiếm ưu thế so với các bộ phận khác với số lượng và tỷ lệ tương ứng là 41 (44,09%), 40 (43,01%), 35 (37,63%), thân là bộ phận được sử dụng ít nhất với chỉ 1 loài (1,08%).

3.2.2. Đa dạng cách chế biến thực vật làm thực phẩm của đồng bào K'ho

Cộng đồng K'ho đã gắn bó với rừng từ rất lâu nên họ có nhiều kinh nghiệm trong sử dụng thực vật làm thực phẩm. Người dân biết được những loài cây nào có thể ăn được, cách thức sơ chế để loại bỏ chất độc nếu có trong cây và cách chế biến như thế nào cho hợp khẩu vị nhất. Hầu hết các loài thực vật tại RPH Nam Ban được đồng bào K'ho sử dụng không cần xử lý trước khi chế biến thành các món ăn. Tuy nhiên, một số ít loài có vị đắng, chát, nhiều nhựa, có mùi khó chịu... vẫn phải được xử lý và sơ chế trước khi chế biến. Mỗi loài làm thực

phẩm có cách xử lý, sơ chế khác nhau và chúng có ý nghĩa quan trọng vì ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng và hương vị của món ăn. Các cách sơ chế chủ yếu được người dân K'ho sử dụng trước khi chế biến là ngâm nước muối, ngâm nước, luộc loại bỏ nước, giã nhỏ, thái nhỏ, vò, tước loại bỏ vỏ và chất xơ...

Ngâm nước (nước muối): Đây là phương pháp đơn giản và phổ biến nhất, các loài thường được ngâm trong nước muối, cách này áp dụng cho các loài có nhiều nhựa, có vị đắng, chát... tiêu biểu là hoa Chuối hoang nhọn-Du prit (*Musa acuminata*), Môn nước-Trau (*Colocasia esculenta*), Sung-Pài nha ar (*Ficus racemosa*), Vú bò lá xẻ-Cơ neng so (*Ficus heterophylla*)... Cách này cũng dùng cho các loài làm rau ăn sống vì ngâm qua nước muối sẽ đảm bảo vệ sinh và tiêu diệt được một số vi khuẩn gây hại.

Luộc loại bỏ nước: Cách này dùng nước và nhiệt để loại bỏ chất độc, ngứa, đắng, chát... Biện pháp này thường được áp dụng cho các loài lấy măng như Lò ô-Bằng đơ (*Bambusa procera*), Sậy-Biệt tiêng ko (*Phragmites vallatorius*), Đùng đỉnh-Gol đrung (*Caryota*

mitis) và Đùng đỉnh ngựa-Biếp cre (*Caryota urens*)...

Giã hoặc thái nhỏ: Cách này dùng để tách lấy các chất cần thiết tồn tại dưới dạng chất lỏng để uống như Bò ngót-Krít (*Sauropus androgynus*), Rau má-Tor ne (*Centella asiatica*)...

Phơi héo hoặc phơi khô: Cách này được sử dụng để loại bỏ nước, chất độc nhằm bảo quản sản phẩm để sử dụng lâu dài. Cách này được áp dụng chủ yếu cho các loài lấy Măng như Le nhất liên-Bằng gle (*Pseudoxytenanthera monadelphica*), Lò ô-Bằng đơ (*Bambusa procera*), Sậy-Biếp tiếng ko (*Phragmites*

vallatorius)...

Cách thức chế biến thực vật của đồng bào K'ho khá đa dạng và phong phú với 9 nhóm chế biến khác nhau (Bảng 6). Điều này phụ thuộc phong tục tập quán của mỗi cộng đồng, gia đình, lứa tuổi, sở thích cũng như khẩu vị của mỗi người. Cùng một loài nhưng các bộ phận khác nhau thì chế biến khác nhau. Nghiên cứu cách thức chế biến thực vật ăn được có ý nghĩa rất quan trọng nhằm đạt hiệu quả cao nhất về dinh dưỡng trong mỗi món ăn. Đồng thời cũng thể hiện sự phong phú và đa dạng về kinh nghiệm, kiến thức bản địa của mỗi cộng đồng.

Bảng 6. Đa dạng cách chế biến thực vật làm thực phẩm của cộng đồng K'ho

TT	Cách chế biến	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Ăn sống	36	38,71
2	Muối chua	6	6,45
3	Nấu canh	48	51,61
4	Xào	28	30,11
5	Rang	4	4,30
6	Luộc	9	9,68
7	Giã lấy nước	3	3,23
8	Kho	5	5,38
9	Ngâm rượu	2	2,15

(Chú thích: Một loài có thể có nhiều cách chế biến khác nhau)

Bảng 6 cho thấy, những cách chế biến biến thức ăn phổ biến nhất được cộng đồng K'ho sử dụng là nấu canh (48 loài, chiếm 51,61%), ăn sống (36 loài, chiếm 38,71%), xào (28 loài, chiếm 30,11%) và thấp nhất là ngâm rượu (2 loài, chiếm 2,15%).

3.2.3. Một số món ăn và cách chế biến thức ăn tiêu biểu của cộng đồng K'ho

Sự đa dạng và phong phú thành phần loài và cách chế biến thực vật làm thực phẩm đã tạo ra một số món ăn được xem là quan trọng, đặc trưng và không thể thiếu trong các dịp lễ hội truyền thống của cộng đồng K'ho như: Canh chua, Canh lá bép nấu với thịt trâu, Cháo chua, Biệp pù... Một số cách chế biến món ăn đặc trưng của cộng đồng K'ho:

+ **Canh chua lá Bét-Biap sê (*Gnetum gnemon var. griffithii*):** Lá Bét sau khi được thu hái từ rừng và rửa sạch, giã nhỏ, đem nấu với một lượng gạo vừa phải, nấu cho đến khi

chín với lượng nước còn lại sền sệt như cháo loãng. Sau đó đem cất vào hũ trong thời gian từ 2 đến 3 ngày cho đến khi có vị chua vừa phải thì đem ra ăn, hoặc đem nấu với cá khô, cá hấp.

+ **Canh lá Bét-Biap sê (*Gnetum gnemon var. griffithii*) nấu với thịt Trâu:** Nguyên liệu gồm có thịt Trâu, lá Bét non được thu hái từ rừng và rửa sạch. Bỏ cả hai vào hầm chung, khi chín lưu ý bỏ thêm mì chính để tăng vị ngọt cho món canh. Món canh này khi ăn sẽ có vị ngọt thanh và mát.

+ **Cháo chua:** Nguyên liệu gồm Gạo, Muối, quả Bàu khô đã loại bỏ ruột. Cách chế biến: Gạo được nấu thành cháo, khi cháo chín như cho thêm ít muối để tạo độ mặn vừa phải, đưa cháo ra khỏi bếp để nguội. Cháo sau khi để nguội được bảo quản trong quả Bàu khô (đã được lấy ruột) đậy kín và treo lên sàn nhà để ủ. Thời gian để Cháo lên men khoảng 1 năm,

thông thường khi vào mùa làm nương rẫy (tháng 3) thì đem ra sử dụng. Theo quan niệm của người K'ho, Cháo chua là món ăn bổ dưỡng, vị chua, xen vị ngọt, có mùi của men rượu. Thứ cháo này vừa là nước giải khát, vừa chống cảm nắng, tăng cường sức đề kháng cho cơ thể.

+ **Canh lá Bét-Biap sê (*Gnetum gnemon* var. *griffithii*) nấu trong ống Lò ô-Băng đơ (*Bambusa procera*):** Nguyên liệu cần chuẩn bị gồm lá Bét, ống Lò ô bánh tẻ (*Lưu ý: ống Lò ô non khi nấu canh có vị hăng, không ngon, ngược lại ống Lò ô già thì khi đun sẽ bị nứt*), Cá suối (hoặc thịt), muối, Ớt, Rau thơm. Cách chế biến: Lá Bét thái nhỏ, Cá suối (hoặc thịt), Ớt, muối được cho vào ống Lò ô đun trên lửa nhỏ cho đến khi canh sền sệt, cho thêm ít rau thơm là có thể sử dụng được. Món canh này có vị thơm của lá Bét, vị cay của Ớt và vị ngọt của Cá.

+ **Biệp pù:** Người K'ho dùng lá Bét già (đã loại bỏ gân lá), đem giã chung với gạo (đã ngâm với nước từ trước). Sau đó nặn hỗn hợp này thành từng viên to như nắm tay (hỗn hợp này gọi là Biệp pù) và đem đi hấp. Sau khi hấp chín mang Biệp pù ra phơi nắng cho thật khô, rồi bỏ vào túi được đan bằng các sợi cỏ và treo lên gác bếp. Biệp pù được nấu với một số thực phẩm khác như Lươn, Cá suối, thịt rừng. Món ăn này chỉ được chế biến trong các dịp lễ trọng đại của cộng đồng K'ho hoặc tiếp đãi những vị khách quý.

+ **Làm bánh từ cây Đủng đỉnh-Gold drung (*Caryota mitis*):** Đọt non của cây Gold drung ngoài được thu hái về để xào hay luộc, phần lõi của thân cây được giã nát để lấy bột phơi khô, khi nào sử dụng đem nấu như bột mì.

+ **Mây lá rộng- Gòl, Yêl (*Calamus bousigonii*) nướng:** Đọt mây được thu hái từ rừng, loại bỏ vỏ gai ở ngoài, lấy phần đọt non bên trong và nướng dưới than củi hồng, khi chín xé nhỏ thành từng sợi chấm với muối ớt. Khi ăn, món này có hương vị rất thơm, vị ngọt, đắng của đọt mây và cay nồng của ớt.

+ **Gốc của cây Chuối hoang nhọn-Du prít (*Musa acuminata*) nướng:** Gốc của cây Chuối được thu hái từ rừng, để nguyên cả gốc đem đi nướng trên than củi, đến khi gốc chuối héo lại, sau khi chín đem thái thành miếng rồi chấm với muối ớt xanh. Khi ăn có vị chát, hơi ngọt của gốc chuối, vị cay nồng của ớt xanh.

3.3. Một số loài thực vật làm thực phẩm được bán trên thị trường

Các loài thực vật ăn được không chỉ được cộng đồng K'ho thu hái để làm thực phẩm hằng ngày mà còn đem bán tạo nguồn thu nhập. Qua phỏng vấn người dân và điều tra thu thập thông tin tại chợ huyện Lâm Hà, các xã Phú Sơn, Phi Tô, Mê Linh và một số chợ lẻ tại khu vực nghiên cứu. Chúng tôi đã thu thập được một số loài rau rừng phổ biến được bán trên thị trường cũng như giá bán tại thời điểm điều tra (Bảng 7).

Bảng 7. Một số loài thực vật làm thực phẩm và giá bán tại thời điểm điều tra

TT	Tên phổ thông	Tên K'ho	Tên khoa học	Mùa thu hái	Đơn vị	Giá bán
1	Dón	R' tơn	<i>Diplazium esculentum</i>	Tháng 2 – tháng 9	Bó	7000-10.000đ
2	Rau má	Tor ne	<i>Centella asiatica</i>	Quanh năm	Kg	8000-10.000đ
3	Lù lù đực	Biệp klon	<i>Solanum americanum</i>	Tháng 3 – tháng 7	Bó	8000đ
4	Măng lò ô	Băng đơ	<i>Bambusa procera</i>	Mùa mưa	Bó	10.000-12.000đ
5	Mây lá rộng	Gòl, Yêl	<i>Calamus bousigonii</i>	Mùa mưa	Bó	25000đ
6	Sim	Plei pnhang	<i>Rhodomyrtus tomentosa</i>	Tháng 5 – tháng 9	Bát	15000đ
7	Bét	Biệp sê	<i>Gnetum gnemon</i> var. <i>griffithii</i>	Tháng 4 – tháng 10	Bó	10000đ

Tổng số 7 loài thực vật làm thực phẩm phổ biến được cộng đồng K'ho đem bán trên thị trường. Trong đó, đọt Mây lá rộng - Gòl, Yêl (*Calamus bousigonii*) có giá bán cao nhất, các loài còn lại giá biến động từ 7000đ đến 15.000đ. Kết quả nghiên cứu này là cơ sở để xuất hướng gây trồng và phát triển các loài thực vật ăn được có giá trị nhằm đáp ứng nhu cầu tiêu dùng của người dân địa phương, đồng thời hướng tới việc giảm áp lực lên tài nguyên rừng tại khu vực nghiên cứu.

4. KẾT LUẬN

Dựa trên kiến thức bản địa của cộng đồng K'ho tại RPH Nam Ban, tỉnh Lâm Đồng, tổng số 93 loài, 79 chi, 47 họ thuộc 3 ngành thực vật bậc cao có mạch là ngành Dương xỉ (Polypodiophyta), ngành Thông (Pinophyta) và ngành Ngọc lan (Magnoliophyta) đã được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm. Chúng phân bố ở 5 môi trường sống khác nhau, nhưng tập trung phân bố dọc theo bờ suối và sinh lầy. Độ cao 1000 m đến 1200 m là nơi có số loài thực vật phân bố nhiều nhất, thấp nhất là độ cao 1401 đến 1700 m. Mười dạng sống khác nhau đã được cộng đồng K'ho sử dụng làm thực phẩm, thân thảo chiếm tỷ lệ nhiều nhất và thấp nhất là thân tre. Mười bộ phận của thực vật đã được xác định làm thực phẩm theo kinh nghiệm của cộng đồng K'ho, Lá, Ngọn non và Quả là những bộ phận sử dụng chiếm ưu thế. Ngâm muối, ngâm nước, giã nhỏ, phơi khô hoặc luộc là những cách sơ chế phổ biến được sử dụng nhằm loại bỏ một số các chất có hại cho sức khỏe hoặc để bảo quản và sử dụng lâu dài. Nấu canh, xào, ăn sống là những phương pháp chế biến thường được cộng đồng K'ho sử dụng để chế biến thức ăn. Các món ăn và phương pháp chế biến canh chua, canh lá Bét nấu với thịt trâu, cháo chua, Biệp pù, canh lá Bét nấu trong ống Lò ô... đã được ghi nhận là các món ăn đặc trưng mang đậm nét văn hóa ẩm thực của cộng đồng K'ho. Bên cạnh đó, nghiên cứu đã xác định được một số loài thực vật có mặt trên thị trường cũng như giá thành của chúng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ali-Shtayeh MS, Jamous RM, Al-Shafie JH, Elgharabah WA, Kherfan FA, Qarariah KH, Khdaif IS, Soos IM, Musleh AA, Isa BA, Herzallah HM, Khlaif RB, Aiash SM, Swaiti GM, Abuzahra MA, Haj-Ali MM, Saifi NA, Azem HK, Nasrallah HA (2008). Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): a comparative study. *J E thnobiol Ethnomed*, 4:13.
2. Ban chỉ đạo điều tra dân số và nhà ở trung ương (2010). Tổng điều tra dân số và nhà ở Việt Nam năm 2009. Hà Nội, bảng 5:134-225.
3. Báo cáo công tác quản lý và bảo vệ rừng của Ban Quản lý rừng phòng hộ Nam Ban, tỉnh Lâm Đồng, năm 2017.
4. Nguyễn Tiến Bản (1997). *Cẩm nang tra cứu và nhận biết các họ thực vật hạt kín ở Việt Nam*. Nxb Nông nghiệp, Hà Nội.
5. Bhatia H, Sharma YP, Manhas RK, Kumar K. Traditional phyto remedies for the treatment of menstrual disorders in district Udhampur, J&K, India (2015). *J E thnopharmacol* 160:202–10.
6. Brummit, R. K (1992). *Vascular plant families and genera*, Royal Botanic Gardens, Kiew. (Nguyễn Tiến Bản, Nguyễn Như Khang dịch), Nxb. Khoa học & Kỹ thuật, Hà Nội.
7. Dân tộc Cơ Ho. <http://vov4.vov.vn/TV/gioithieu/dan-toc-co-ho-cgt2-71.aspx>
8. Gary J. Martin (2002). *Thực vật dân tộc học*. Nxb. Nông nghiệp, Hà Nội.
9. Lâm Hà, vùng đất và con người. <http://www.lamdong.gov.vn/vi-VN/a/lamha/gioithieu/Pages/dieukientunhien.aspx>
10. Người K'ho https://vi.wikipedia.org/wiki/Ng%C6%B0%E1%BB%9Di_C%C6%A1_Ho
11. Phạm Hoàng Hộ (1999-2003). *Cây cỏ Việt Nam*, quyển 1 – 3. Nxb Trẻ, Tp. Hồ Chí Minh.
12. Rao PK, Hasan SS, Bhellum BL, Manhas RK (2015). Ethnomedicinal plants of Kathua district, J&K, India. *J E thnopharmacol* 171:12–27.
13. Sundriyal M, Sundriyal RC and Sharma E (2003). Dietary Use of Wild Plant Resources in the Sikkim Himalaya, India. *Economic Botany* 58(4):626-638.
14. Schippmann U, Cunningham AB, Leaman DJ (2002). Impact of cultivation and gathering of medicinal plants on biodiversity: Global trends and issues. In Biodiversity and the Ecosystem Approach in Agriculture, Forestry and Fisheries. Rome: FAO.
15. Nguyễn Nghĩa Thìn (1997). *Cẩm nang nghiên cứu đa dạng sinh vật*. Nxb. Nông nghiệp, Hà Nội.
16. Thái Văn Trùng (1978). *Thảm thực vật rừng Việt Nam trên quan điểm hệ sinh thái*. Nxb. Khoa học & Kỹ thuật, Hà Nội
17. <http://www.theplantlist.org/>
18. <https://www.tropicos.org/>

**COMPOSITION OF EDIBLE PLANT SPECIES USED AS FOOD BY THE
K'HO COMMUNITY: CASE STUDY IN NAM BAN PROTECTION FOREST,
LAM DONG PROVINCE**

Nguyen Van Hop¹, Bui Manh Hung², Nguyen Thi Ha¹, Pham Van Hoang³

¹*Vietnam National University of Forestry - Dong Nai Campus*

²*Vietnam National University of Forestry*

³*Nam Ban Protection Forest*

SUMMARY

Edible plants are distributed naturally as a food source for daily meals of indigenous communities and provide and supplement the necessary nutrients and vitamins for the body. However, this resource has not been discovered based on the experiences and knowledge of the K'ho community at Nam Ban Forest Management Board (PF) in Nam Ban, Lam Dong province. Therefore, this study was carried out. The methods of Rapid Rural Appraisal (RRA), Participatory Rapid Assessment (PRA), and linear surveys were used to address the above objectives. Research showed that the K'ho community in the Nam Ban protection forest not only has a diverse understanding of edible plant species but also a wealth of experience in collecting, using, and processing typical dishes of their ethnic group. A total of 93 species, 79 genera, and 47 families belonging to 3 phyla were used as food by the K'ho community. There were 10 different life-forms identified as food, herbs are the most used. These species are distributed in 5 different habitats and concentrate at an altitude of 1000 m to 1200 m. Ten parts of edible plants were found for food, and preliminary methods of removing toxins, acrid, and sap also were determined. Nine ways of processing plants for food were used by the K'ho community to prepare traditional dishes such as sour porridge, sour soup, leaves of *Gnetum gnemon* var. *griffithii* cooked buffalo meat, Biep pu, roasted rattan... Several valuable plant species also were recorded for sale in the market.

Keywords: edible plant, indigenous knowledge, K'ho community, Nam Ban protection forest, plant species composition.

Ngày nhận bài : 07/7/2020

Ngày phản biện : 15/9/2020

Ngày quyết định đăng : 21/9/2020