

附录 1 中国产食用蕨类植物
Appendix 1 Edible species among ferns from China

序号	科名	种名	拉丁名	食用部位
1	凤尾蕨科	水蕨	<i>Ceratopteris thalictroides</i>	嫩叶
2	凤尾蕨科	西南凤尾蕨	<i>Pteris wallichiana</i>	嫩叶和幼叶柄
3	凤尾蕨科	傅氏凤尾蕨	<i>P. fauriei</i>	嫩叶
4	凤尾蕨科	欧洲凤尾蕨	<i>P. cretica</i>	嫩叶和幼叶柄
5	凤尾蕨科	普通凤丫蕨	<i>Coniogramme intermedia</i>	嫩叶和幼叶柄、根状茎
6	凤尾蕨科	疏网凤丫蕨	<i>C. wilsonii</i>	嫩叶和幼叶柄
7	凤尾蕨科	乳头凤丫蕨	<i>C. rosthornii</i>	嫩叶和幼叶柄
8	凤尾蕨科	尖齿凤丫蕨	<i>C. affinis</i>	嫩叶、根状茎
9	凤尾蕨科	毛叶凤丫蕨	<i>C. caudata</i>	嫩叶、根状茎
10	凤尾蕨科	尾尖凤丫蕨	<i>C. caudiformis</i>	嫩叶、根状茎
11	凤尾蕨科	峨眉凤丫蕨	<i>C. emeiensis</i>	嫩叶根状茎
12	凤尾蕨科	镰羽凤丫蕨	<i>C. falcipinna</i>	嫩叶、根状茎
13	凤尾蕨科	无毛凤丫蕨	<i>C. intermedia</i> var. <i>glabra</i>	嫩叶、根状茎
14	凤尾蕨科	凤丫蕨	<i>C. japonica</i>	嫩叶和幼叶柄、根状茎
15	凤尾蕨科	井冈山凤丫蕨	<i>C. jinggangshanensis</i>	嫩叶、根状茎
16	凤尾蕨科	黑轴凤丫蕨	<i>C. robusta</i>	嫩叶、根状茎
17	凤尾蕨科	带羽凤丫蕨	<i>C. similima</i>	嫩叶、根状茎
18	凤尾蕨科	太白山凤丫蕨	<i>C. taipaishanensis</i>	嫩叶、根状茎
19	蹄盖蕨科	大型短肠蕨	<i>Diplazium giganteum</i>	嫩叶
20	蹄盖蕨科	膨大短肠盖蕨	<i>Allantodia dilatata</i>	嫩叶
21	蹄盖蕨科	褐色短肠蕨	<i>A. himalayensis</i>	嫩叶
22	蹄盖蕨科	深绿短肠蕨	<i>A. viridissima</i>	嫩叶
23	蹄盖蕨科	毛柄短肠蕨	<i>A. dilatata</i>	嫩叶
24	蹄盖蕨科	东北蹄盖蕨	<i>Athyrium brevifrons</i>	嫩叶
25	蹄盖蕨科	禾秆蹄盖蕨	<i>A. yokoscense</i>	嫩叶
26	蹄盖蕨科	中华蹄盖蕨	<i>A. sinense</i>	嫩叶
27	蹄盖蕨科	麦秆蹄盖蕨	<i>A. fallaciosum</i>	嫩叶
28	蹄盖蕨科	希陶蹄盖蕨	<i>A. dentigerum</i>	嫩叶
29	蹄盖蕨科	蛾眉蕨	<i>Lunathyrium acrostichoides</i>	嫩叶
30	蹄盖蕨科	朝鲜介蕨	<i>D. coreana</i>	—
31	蹄盖蕨科	毛轴菜蕨	<i>Callipteris esculenta</i> var. <i>pubescens</i>	嫩叶
32	蹄盖蕨科	菜蕨	<i>Diplazium esculentum</i>	嫩叶和幼叶柄
33	蹄盖蕨科	斜羽假蹄盖蕨	<i>Athyriopsis japonica</i> var. <i>oshimensis</i>	嫩叶
34	蹄盖蕨科	假蹄盖蕨	<i>A. japonica</i>	嫩叶和幼叶柄
35	合囊蕨科	观音座莲	<i>Angiopteris evecta</i>	—

续表

序号	科名	种名	拉丁名	食用部位
36	合囊蕨科	福建观音座莲	<i>A. fokiensis</i>	嫩叶、幼叶柄、根状茎
37	合囊蕨科	河口观音座莲	<i>A. hokouensis</i>	—
38	合囊蕨科	广西观音座莲	<i>A. kwangsiensis</i>	—
39	合囊蕨科	大观音座莲	<i>A. magna</i>	—
40	合囊蕨科	刺柄观音座莲	<i>A. muralis</i>	—
41	合囊蕨科	定心散观音座莲	<i>A. officinalis</i>	—
42	合囊蕨科	云南观音座莲	<i>A. yunnanensis</i>	—
43	合囊蕨科	食用观音座莲	<i>A. esculenta</i>	根状茎
44	合囊蕨科	强壮观音座莲	<i>A. robusta</i>	嫩叶
45	紫萁科	绒紫萁	<i>Osmunda claytoniana</i>	嫩叶
46	紫萁科	华南紫萁	<i>O. vachellii</i>	嫩叶
47	紫萁科	宽叶紫萁	<i>O. javanica</i>	嫩叶和幼叶柄
48	紫萁科	分株紫萁	<i>O. cinnamomea</i> var. <i>asiatica</i>	嫩叶和幼叶柄
49	紫萁科	紫萁	<i>O. japonica</i>	嫩叶和幼叶柄
50	木贼科	披散问荆	<i>Equisetum diffusum</i>	嫩叶、叶柄
51	木贼科	节节草	<i>E. ramosissimum</i>	幼叶柄
52	木贼科	问荆	<i>E. arvense.</i>	幼叶柄
53	木贼科	笔管草	<i>E. ramosissimum</i> subsp. <i>debile</i>	幼叶柄
54	蕨科	食蕨	<i>Pteridium esculentum</i>	嫩叶和幼叶柄
55	蕨科	蕨	<i>P. aquilinum</i> var. <i>latiusculum</i>	嫩叶和幼叶柄根状茎
56	蕨科	毛轴蕨	<i>P. revolutum</i>	嫩叶和幼叶柄、根状茎
57	水龙骨科	日本水龙骨	<i>Polypodiodes niponica</i>	嫩叶和幼叶柄
58	水龙骨科	江南星蕨	<i>Microsorium fortunei</i>	—
59	水龙骨科	羽裂星蕨	<i>M. insigne</i>	—
60	乌毛蕨科	乌毛蕨	<i>Blechnopsis orientalis</i>	嫩叶和叶柄
61	乌毛蕨科	狗脊	<i>Woodwardia japonica</i>	嫩叶和叶柄、根状茎
62	乌毛蕨科	顶芽狗脊	<i>W. unigemmata</i>	嫩叶和叶柄、根状茎
63	球子蕨科	荚果蕨	<i>Matteuccia struthiopteris</i>	嫩叶和幼叶柄、根状茎
64	球子蕨科	东方荚果蕨	<i>M. orientale</i>	嫩叶和幼叶柄
65	球子蕨科	中华荚果蕨	<i>M. intermedium</i>	嫩叶和幼叶柄
66	槲蕨科	槲蕨	<i>Drynaria roosii</i>	嫩叶和幼叶柄、根状茎
67	槲蕨科	石莲姜槲蕨	<i>D. propinqua</i>	嫩叶和幼叶柄
68	槲蕨科	秦岭槲蕨	<i>D. sinica</i>	根状茎
69	铁角蕨科	切边铁角蕨	<i>Asplenium excisum</i>	—
70	铁角蕨科	巢蕨	<i>A. nidus</i>	嫩叶
71	铁角蕨科	半边铁角蕨	<i>A. unilaterale</i>	根状茎

续表

序号	科名	种名	拉丁名	食用部位
72	瓶尔小草科	瓶尔小草	<i>Ophioglossum vulgatum</i>	嫩叶和幼叶柄
73	瓶尔小草科	七指蕨	<i>Helminthostachys zeylanica</i>	嫩叶
74	瓶尔小草科	阴地蕨	<i>Osmunda ternata</i>	嫩叶和幼叶柄
75	海金沙科	海金沙	<i>Lygodium japonicum</i>	嫩叶和幼叶柄
76	海金沙科	曲轴海金沙	<i>L. flexuosum</i>	嫩叶和幼叶柄
77	鳞毛蕨科	绵马鳞毛蕨	<i>Dryopteris crassirhizoma</i>	嫩叶
78	鳞毛蕨科	贯众	<i>Cyrtomium fortunei</i>	嫩叶和幼叶柄
79	里白科	芒萁	<i>Dicranopteris dichotoma</i>	嫩叶和幼叶柄
80	里白科	铁芒萁	<i>D. linearis</i>	嫩叶
81	金毛狗科	金毛狗	<i>Cibotium barometz</i>	根状茎
82	肾蕨科	肾蕨	<i>Nephrolepis auriculata</i>	嫩叶和叶柄、珠芽
83	苹科	苹	<i>Marsilea quadrifolia</i>	嫩叶和叶柄
84	三叉蕨科	下延三叉蕨	<i>Tectaria decurrens</i>	嫩叶
85	碗蕨科	稀子蕨	<i>Monachosorum henryi</i>	嫩叶
86	岩蕨科	耳羽岩蕨	<i>Woodsia polystichoides</i>	嫩叶
87	骨碎补科	骨碎补	<i>Davallia cylindrica</i>	根状茎
88	桫欏科	桫欏	<i>Alsophila spinulosa</i>	茎顶嫩髓、树干内胶质物
89	金星蕨科	星毛蕨	<i>Ampelopteris prolifera</i>	嫩叶

注：不同参考文献采用的蕨类植物分类系统不同，为避免物种重复，除蛾眉蕨、斜羽假蹄盖蕨和巢蕨外，其他物种拉丁名均依据《中国植物志》。