



KEHATI

Rahasia Alam

Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara
Jantung Kalimantan



Oleh :
Ambriansyah dan Albertus Tjiu

Rahasia Alam:

Eksplorasi Kuliner Liar dari
Belantara Jantung Kalimantan

Series Kalimantan

Oleh:
Ambriansyah dan Albertus Tjiu

Rahasia Alam:

Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara
Jantung Kalimantan

Tim Penyusun

Penulis:

Ambriansyah
Albertus Tjiu

Editor:

Inama Ahmad

Fotografer:

Ambriansyah

Peta:

Rahmad Hafiz Al-qadri

Desain Layout:

Ageng Mulyono



KEHATI

Diterbitkan oleh:

Yayasan Keanekaragaman Hayati Indonesia - KEHATI

Didukung oleh:

TFCA Kalimantan

ISBN:

Cetakan pertama: 2024
Copyright © 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang. Tidak ada bagian dari publikasi ini yang boleh direproduksi, disimpan dalam sistem penyimpanan, atau dikirimkan dalam bentuk atau cara apa pun, baik secara elektronik, mekanis, fotokopi, rekaman, atau lainnya, tanpa izin sebelumnya dari pemilik hak cipta.

Kata Pengantar Penulis

Kita bersyukur ke hadirat Allah SWT, Tuhan Semesta Alam yang telah mengisi dan mengatur dunia ini berbagai macam kehidupan, termasuk di dalamnya beraneka KEHATI, *Keanekaragaman Hayati Indonesia*.

Manusia sebagai makhluk ciptaan yang paling sempurna di muka bumi ini, diberikan kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan berbagai kekayaan yang ada di bumi persada ini, hutan dan isinya. Spesies tumbuhan yang ada di Kalimantan, belum semua dikenal dan diketahui pemanfaatannya. Secara umum, manusia hanya memahami keberadaan hutan sebagai penghasil kayu dan hasil bukan kayu seperti damar, rotan dan ramuan obat-obatan tradisional saja.

Untuk menambah wawasan tentang penggunaan hasil hutan yang maksimal, memanfaatkan secara berkelanjutan, dalam kesempatan kali ini, kami berupaya menyajikan sebuah buku populer dengan judul: **“Rahasia Alam: Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Kalimantan”**. Buku ini diharapkan bisa menjadi salah satu pegangan dalam mengenal jenis dan memanfaatkan spesies-spesies yang ada di dalam hutan, khususnya spesies yang aman untuk dikonsumsi.

Akhir kata, dengan segala kerendahan hati kami mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah ikut serta berperan sehingga penulisan buku ini dapat terlaksana dan bisa sampai ke tangan para pembaca yang budiman. Semoga bermanfaat adanya. Tiada gading yang tak retak, kami juga mengharapkan adanya koreksi, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi penyempurnaan tulisan ini di masa yang akan datang.

Samboja, Oktober 2024

Penulis

Kata Sambutan FPLI

Indonesia dikenal dengan sebutan negeri **gemah ripah loh jinawi**, kaya akan keanekaragaman hayati, zamrud khatulistiwa yang membentang dari Sabang sampai Merauke. Berbagai flora fauna hidup mulai dari samudera yang dalam sampai puncak Cartenz yang menjulang tinggi, hingga dijuluki sebagai **Megabiodiversity Country**.

Kegiatan inventarisasi untuk mengetahui keragaman flora nusantara sesungguhnya telah lama dilakukan. Namun kegiatan itu sangat tidak memadai dibanding cepatnya laju kepunahan dan tingginya jumlah keanekaragaman hayati yang kita miliki. Sekitar 60% dari jenis tumbuhan Indonesia yang sudah dikenal dengan baik tersusun dalam Flora Malesiana, dan hanya sekitar 25% diantaranya yang sudah tersimpan aman sebagai koleksi eksitu di berbagai kebun koleksi dan kebun raya.

Buku **“Rahasia Alam: Ekplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Kalimantan”** merupakan hasil dari eksplorasi botani Bapak Ambriansyah dan Bapak Albertus Tjiu ke berbagai pelosok wilayah Borneo. Kegiatan eksplorasi botani ini juga didukung penuh oleh pihak *World Wide Fund for Nature (WWF)*-Indonesia Program. Butuh waktu yang lama untuk mengumpulkan berbagai spesimen botani yang sangat bernilai bagi dunia ilmu pengetahuan. Perjalanan menapaki lereng yang terjal, bukit yang berkabut dan berlumut sampai hutan yang jarang disentuh orang untuk mengumpulkan berbagai jenis tumbuhan. Semua itu dilakukan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan warisan yang tak ternilai bagi anak cucu di kemudian hari.

Sebanyak 126 jenis tumbuhan dari 46 famili dan 4 jenis jamur yang dapat dimakan disajikan dalam buku ini. Untuk setiap jenis dilengkapi dengan nama ilmiah, foto yang menarik, informasi geografis dan disertai keterangan mengenai ciri-ciri utamanya. Disampaikan juga cara pemanfaatan dari setiap dan bagian jenis tumbuhan.

Akhirnya, pada kesempatan ini saya mengucapkan selamat kepada Bapak Ambriansyah dan Bapak Albertus Tjiu yang sudah bersusah payah menuliskan buku yang sangat istimewa ini. Semoga buku ini bermanfaat bagi para pembaca yang budiman dan meningkatkan kesadaran untuk terus melestarikan jenis-jenis tumbuhan asli Indonesia.

Bogor, 8 Oktober 2024



Prof. Dr. Tukirin Partomihardjo
Ketua Forum Pohon Langka Indonesia

Kata Sambutan TFCA

Kalimantan sebagai salah satu pulau terbesar di dunia, telah dikenal dengan kekayaan alam dan keanekaragamannya sejak dahulu kala. Sumber daya keanekaragaman hayati tersebut telah dimanfaatkan sebagai bahan pangan khususnya oleh masyarakat setempat.

Dalam rangka pemenuhan variasi pangan serta untuk lebih memahami keragaman jenis sumber pangan tersebut, Yayasan KEHATI melalui program *Tropical Forest Conservation Act (TFCA) Kalimantan* telah mendukung publikasi hasil eksplorasi botani di berbagai pelosok wilayah Kalimantan yang dilaksanakan oleh Bapak Ambriansyah dan Bapak Albertus Tjiu. Program TFCA Kalimantan adalah program pengalihan utang (*debt swap for nature*) antara pemerintah RI dan USA, dengan Lembaga TNC (YKAN) serta WWF-Indonesia Program sebagai *Swap partner*; dan Yayasan KEHATI sebagai administrator program tersebut. TFCA Kalimantan bertujuan untuk melestarikan keanekaragaman hayati, meningkatkan ekonomi masyarakat dan mendukung kegiatan pengurangan emisi karbon di berbagai wilayah Kalimantan; sehingga dukungan publikasi ini sangat sesuai dengan tujuan program.

Diharapkan melalui publikasi buku "Rahasia Alam: Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Borneo", selain dapat memberikan informasi tambahan kepada publik tentang keanekaragaman hayati di Kalimantan yang jumlahnya sangat terbatas, serta mengenal budaya pangan masyarakat setempat, juga diharapkan mendapatkan perhatian dari dunia penelitian, agar species yang telah menjadi bagian kehidupan masyarakat tersebut dapat diteliti dan dikembangkan, sehingga menjadi pangan yang lebih memasyarakat; khususnya pada era peningkatan ketahanan pangan saat ini.

Selamat kepada Bapak Ambriansyah dan Bapak Albertus Tjiu, semoga buku ini bermanfaat dan juga dapat menjadi referensi bagi berbagai pihak, dan salam lestari khususnya bagi keanekaragaman hayati di Kalimantan.

Jakarta, 29 Oktober 2024

Puspa Dewi Liman
Direktur Program TFCA Kalimantan-Yayasan KEHATI

Daftar Isi

Kata Pengantar Penulis	III
Kata Sambutan FPLI	IV
Kata Sambutan TFCAC	V
Daftar Isi	VI
Pendahuluan	X

Famili/Suku	Nama latin	
Anacardiaceae	<i>Bouea oppositifolia</i> (Roxb.) Meisn.	1
Anacardiaceae	<i>Dracontomelon dao</i> (Blanco) Merr. & Rolfe	2
Anacardiaceae	<i>Mangifera caesia</i> Jack	3
Anacardiaceae	<i>Mangifera pajang</i> Kosterman	4
Anacardiaceae	<i>Mangifera torquenda</i> Kosterman	5
Anacardiaceae	<i>Pentaspadon motleyi</i> Hook.f.	6
Apocynaceae	<i>Willughbeia coriacea</i> Wall.	7
Arecaceae	<i>Borassodendron borneensis</i> J. Dransf	8
Arecaceae	<i>Calamus scipionum</i> Lour.	9
Arecaceae	<i>Caryota</i> sp.	10
Arecaceae	<i>Daemonorops fissa</i> Blume	11
Arecaceae	<i>Eugeissona tristis</i> Griff.	12
Arecaceae	<i>Oncosperma horidum</i> (Griff.) Scheff.	13
Arecaceae	<i>Plectocomiopsis geminiflora</i> (Griff.) Becc.	14
Arecaceae	<i>Pholidocarpus majadum</i> Becc.	15
Arecaceae	<i>Salacca affinis</i> Griff.	16
Athyriaceae	<i>Diplazium esculentum</i> (Retx.) Swartz	17
Auriculariaceae	<i>Auricularia auricula-judae</i> (Bull.) J.Schrot.	18
Begoniaceae	<i>Begonia</i> sp.	19
Blechnaceae	<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.) Bedd.	20
Burseraceae	<i>Canarium megalanthum</i> Merr.	21
Burseraceae	<i>Dacryodes costata</i> (A.W.Benn.) H.J.Lam	22
Calophyllaceae	<i>Garcinia mangostana</i> Linn.	23
Calophyllaceae	<i>Garcinia nitida</i> Pierre	24
Calophyllaceae	<i>Garcinia parvifolia</i> (Miq.) Miq.	25
Calophyllaceae	<i>Garcinia</i> sp.1	26
Calophyllaceae	<i>Garcinia</i> sp.2	27

Cornaceae	<i>Alangium ridleyi</i> King	28
Dioscoreaceae	<i>Dioscorea hispida</i> Dennst.	29
Ebenaceae	<i>Diospyros</i> sp.	30
Elaeocarpaceae	<i>Elaeocarpus glaber</i> Blume	31
Euphorbiaceae	<i>Elateriospermum tapos</i> Blume	32
Fabaceae	<i>Archidendron jiringa</i> (Jack) I.C.Nielsen	33
Fabaceae	<i>Dialium indum</i> L.	34
Fabaceae	<i>Dialium platysepalum</i> Baker Syn. <i>Dialium maingayi</i> Baker	35
Fabaceae	<i>Fordia brachybotrys</i> Merr.	36
Fabaceae	<i>Fordia splendidissima</i> (Blume ex Miq.) Buijsen	37
Fabaceae	<i>Inocarpus fagifer</i> (Parkinson) Fosberg Syn. <i>Inocarpus edulis</i> Forst.	38
Fabaceae	<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	39
Fabaceae	<i>Senna alata</i> (L.) Roxb.	40
Fabaceae	<i>Whitfordiodendron nieuwenhuisii</i> (J.J.Sm.) Dunn Syn. <i>Callerya nieuwenhuisii</i> (J.J.Smith) A.Schot	41
Fabaceae	<i>Castanopsis fulva</i> Gamble	42
Fabaceae	<i>Castanopsis megacarpa</i> Gamble	43
Gnetaceae	<i>Gnetum gnemonoides</i> Brongn.	44
Hypoxidaceae	<i>Curculigo latifolia</i> Dryand.	45
Lauraceae	<i>Litsea garciae</i> Vidal	46
Malvaceae	<i>Durio dulcis</i> Becc.	47
Malvaceae	<i>Durio kutejensis</i> (Hassk.) Becc.	48
Malvaceae	<i>Durio lanceolatus</i> Mast.	49
Malvaceae	<i>Durio oxleyanus</i> Griff.	50
Malvaceae	<i>Durio zibethinus</i> Murray	51
Malvaceae	<i>Microcos cinnamomifolia</i> Burret	52
Malvaceae	<i>Microcos tomentosa</i> Sm.	53
Melastomataceae	<i>Bellucia pentamera</i> Naudin	54
Melastomataceae	<i>Melastoma malabathricum</i> L.	55
Meliaceae	<i>Aglaia</i> sp.	56
Meliaceae	<i>Lansium domesticum</i> Correa	57
Meliaceae	<i>Sandoricum koetjape</i> (Burm.f.) Merr.	58
Menispermaceae	<i>Haematocarpus subpeltatus</i> Merr.	59
Moraceae	<i>Artocarpus anisophyllus</i> Miq.	60
Moraceae	<i>Artocarpus dadah</i> Miq.	61
Moraceae	<i>Artocarpus elasticus</i> Reinw. ex Blume	62

Moraceae	<i>Artocarpus integer</i> (Thunb.) Merr.	63
Moraceae	<i>Artocarpus lanceifolius</i> Roxb.	64
Moraceae	<i>Artocarpus odoratissimus</i> Blanco	65
Moraceae	<i>Artocarpus tamaran</i> Becc.	66
Moraceae	<i>Ficus obscura</i> Blume	67
Moraceae	<i>Ficus variegata</i> Blume	68
Moraceae	<i>Musa campestris</i> Becc.	69
Moraceae	<i>Musa</i> sp.	70
Myrtaceae	<i>Rhodomyrtus tomentosa</i> (Aiton) Hassk.	71
Myrtaceae	<i>Syzygium polyanthum</i> (Wight) Walp.	72
Olacaceae	<i>Scorodocarpus borneensis</i> (Baill.) Becc.	73
Ophioglossaceae	<i>Helminthostachys zeylanica</i> (L.) Hook.	74
Oxalidaceae	<i>Sarcotheca diversifolia</i> (Miq.) Hallier f.	75
Oxalidaceae	<i>Sarcotheca rubrinervis</i> Hallier f.	76
Passifloraceae	<i>Passiflora foetida</i> L.	77
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea angulata</i> Merr.	78
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea lanceolata</i> (Miq.) Mull.Arg.	79
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea macrocarpa</i> (Miq.) Mull.Arg.	80
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea parviflora</i> (Mull.Arg.) Mull.Arg.	81
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea pyriformis</i> Gage	82
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea tetrandra</i> (Baill.) Mull.Arg.	83
Phyllanthaceae	<i>Baccaurea</i> sp.	84
Piperaceae	<i>Piper aduncum</i> L.	85
Poaceae	<i>Bambusa vulgaris</i> Schrad.	86
Poaceae	<i>Dendrocalamus asper</i> (Schult.f.) Backer ex Heyne	87
Polygalaceae	<i>Xanthophyllum obscurum</i> A.W.Benn.	88
Polygalaceae	<i>Xanthophyllum stipitatum</i> Hook.f.ex Benn.	89
Polygalaceae	<i>Amanita princeps</i>	90
Polygalaceae	<i>Lentinus sajor-caju</i>	91
Primulaceae	<i>Embelia javanica</i> DC.	92
Rosaceae	<i>Rubus moluccanus</i> L.	93
Rosaceae	<i>Rubus rosifolius</i> Sm.	94
Rutaceae	<i>Micromelum minutum</i> (Forst.f.) Wight & Arn.	95
Salicaceae	<i>Flacourtia indica</i> (Burm.f.) Merr.	96
Salicaceae	<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	97
Sapindaceae	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (<i>Duku</i>)	98
Sapindaceae	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (<i>Ehau</i>)	99
Sapindaceae	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (<i>Mata kucing</i>)	100
Sapindaceae	<i>Lepisanthes amoena</i> (Hassk.) Leenh.	101

Sapindaceae	<i>Lepisanthes fruticosa</i> (Roxb.) Leenh.	102
Sapindaceae	<i>Nephelium cuspidatum</i> Blume	103
Sapindaceae	<i>Nephelium laurinum</i> Blume	104
Sapindaceae	<i>Nephelium maingayi</i> Hiern	105
Sapindaceae	<i>Nephelium mutabile</i> Blume	106
Sapindaceae	<i>Nephelium ramboutan-ake</i> (Labill.) Leenh.	107
Sapindaceae	<i>Nephelium uncinatum</i> Radlk.ex Leenh.	108
Sapindaceae	<i>Pometia pinnata</i> var. <i>glabra</i> Forst	109
Sapindaceae	<i>Xerospermum noronhianum</i> Blume	110
Sapotaceae	<i>Madhuca motleyana</i> (de Vriese) Baehni	111
Sapotaceae	<i>Madhuca pierreii</i> Van den Assem	112
Sapotaceae	<i>Madhuca sericea</i> (Miq.) H.J.Lam	113
Sapotaceae	<i>Palaquium stenophyllum</i> H.J.Lam	114
Sclerodermataceae	<i>Calostoma insigne</i>	115
Smilacaceae	<i>Smilax odoratissima</i> Blume	116
Theaceae	<i>Ploiarium elegans</i> Korth.	117
Urticaceae	<i>Poikilospermum suaveolens</i> (Blume) Merr.	118
Zingiberaceae	<i>Etlingera elatior</i> (Jack) R.M. Smith	119
Zingiberaceae	<i>Etlingera fimbriobracteata</i> (K.Schum.) R.M.Sm.	120
Zingiberaceae	<i>Etlingera pyramidosphaera</i> (K.Schum.) R.M.Sm.	121
Zingiberaceae	<i>Hornstedtia affinis</i> Ridl.	122
Zingiberaceae	<i>Hornstedtia havilandii</i> K. Schum.	123
Zingiberaceae	<i>Hornstedtia</i> sp.	124
Zingiberaceae	<i>Plagiostachys breviramosa</i> Cowley	125
Zingiberaceae	<i>Plagiostachys crocydocalyx</i> Poulsen, A.D.	126

Asal Nama Daerah	XI
Kunci Makanan di Hutan	XII
Penutup	XIII
Ucapan Terimakasih	XIV
Daftar Pustaka	XVI
Biodata Penulis	XVII
Indeks Nama Lokal	XIX
Indeks Nama Ilmiah	XXV
Glosarium	XXVIII

Pendahuluan

Indonesia memiliki ekosistem alami yang beragam yang berada di lautan hingga ekosistem pegunungan atas. Bagian yang menjadikan Indonesia dikenal sebagai salah satu negara yang memiliki ekosistem yang paling lengkap di dunia, mulai dari kedalaman lautan hingga puncak gunung yang ditutupi salju. Tiap tipe ekosistem tersebut memiliki karakter yang khas dan didukung oleh keanekaragaman hayati di dalamnya. Kondisi hutan tropis yang luas dan kaya akan keanekaragaman hayati tumbuhan, hewan dan mikroba (Primack et al.1998). Meskipun luas daratannya hanya 1,32% dari seluruh daratan di dunia, Indonesia memiliki 10% tumbuhan berbunga, 12% mamalia, 15% serangga, 17% burung, 16% amfibi dan reptil, serta 25% ikan dari jenis yang ada di dunia.

Tiap-tiap ekosistem alami memiliki keanekaragaman hayati khas yang hidup di dalamnya. Pulau Kalimantan, sebagai pulau terbesar ketiga di dunia, memiliki kekayaan spesies yang tergolong sangat tinggi, tersebar pada kantong-kantong habitat yang unik dan sangat penting bagi keberlangsungan hidup tiap organisme yang meliputi flora, fauna, hingga keberagaman jamur. Saat ini, referensi mengenai keanekaragaman tumbuhan, terutama jenis yang dapat dikonsumsi, belum banyak kita temukan informasinya. Buku **“Rahasia Alam: Ekplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Kalimantan”** melengkapi informasi yang tersedia dan harapannya dapat memperkaya ilmu pengetahuan terutama tumbuhan liar di alam tropis.

Kami berharap semoga buku ini lebih mudah dipahami dengan dilengkapi foto-foto lapangan berwarna, tampilan visual dan narasi yang sederhana. Semua pengetahuan yang dituliskan di sini, selain berdasarkan referensi yang ada, terutama dilandasi oleh pengalaman jangka panjang selama bertugas sebagai surveyor di lapangan di hampir semua provinsi yang ada di Kalimantan.

Kami juga menyadari bahwa informasi yang terangkum di dalam buku ini masih jauh dari kata lengkap, namun berharap bisa turut berkontribusi dalam menambah referensi yang sudah ada di saat ini. Dalam kesempatan berikutnya, semoga kami mendapatkan peluang untuk penjelajahan wilayah baru lain, dan kembali dapat menghadirkan tulisan seri berikutnya.

Famili/Suku : Anacardiaceae

Nama latin : *Bouea oppositifolia* (Roxb.) Meisn.



Tumbuhan ini merupakan pohon berukuran sedang hingga besar, tinggi dapat mencapai 25 m. Diameter batang mencapai 70 cm. Percabangannya rendah, kulit batang coklat kehitaman, retak-retak. Daun tunggal, selalu berhadapan, tiap-tiap ketiak daun ada seperti tunas baru, daun dewasa membulat telur hingga menjong, panjang 2-7 cm, lebar 1-4 cm, ujung daun ada yang lancip, ada yang membundar. Buahnya yang masak berwarna kuning kemerahan, melonjong 1x2 cm, banyak mengandung air yang rasanya asam-manis. Di kebun masyarakat sering dijumpai jenis serupa namun dengan ukuran lebih besar yaitu *Bouea macrophylla* Griff. Ukuran daun dengan panjang 14-25 cm, lebar 3-6 cm. Buah lonjong 3x5 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak langsung dimakan bagian arilnya.
- Buah muda atau masak dibuat asam sambal, juga asam masak ikan.

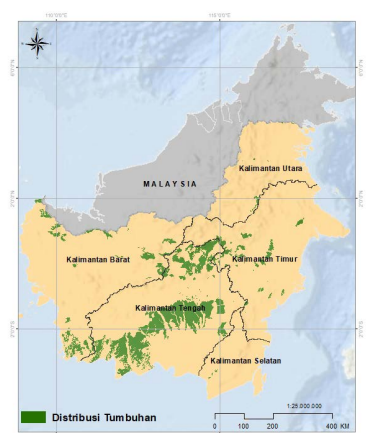
Nama daerah:

Ramania hutan (Banjar), **Ramban** (D. Katingan).

Gbr.001, Batang pohon.

Gbr.002, Daun tua, satu buah muda yang sudah jatuh ke lantai hutan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Bouea oppositifolia*



Famili/Suku : Anacardiaceae

Nama latin : *Dracontomelon dao* (Blanco) Merr. & Rolfe



Sengkuang merupakan pohon yang berperawakan meranggas, tingginya dapat mencapai 45 m, dan diameter mencapai 100 cm mempunyai akar/banir papan yang dapat mencapai 5 m tingginya. Daunnya majemuk menyirip ganjil. Anak daun berjumlah 7-21 helai. Pangkal daun tidak simetris, terdapat bulu mengumpul (kelenjar) di ketiak pangkal urat daun sekunder, jumlah urat sekunder 7-16 pasang. Bunga berwarna keputihan, terletak pada malai panjang. Buah tipe buah batu, bulat, berdiameter 2-3 cm, berwarna coklat suram

dan kebanyakan ada yang berwarna kuning-jingga. Tumbuh pada hutan dengan curah hujan tinggi atau tempat-tempat yang banyak airnya. Rasa buah ini agak asam dan memiliki kesegaran alami, aril melekat kuat pada bijinya. Di Kalimantan umumnya jenis ini tersebar merata di pelosok-pelosok hutan, baik di hutan muda (sekunder) dan di hutan tua (primer), terutama di tepian sungai. Jenis ini juga merupakan makanan favorit bagi satwa liar di hutan, daun dan pucuk muda sampai dengan buahnya dapat dimakan. Di hutan Kalimantan terdapat 2 jenis sengkuang, *Dracontomelon dao* dan *Dracontomelon costatum* yang tumbuhnya di daerah perbukitan. Berkembang biak dengan biji.

Sifat & Kandungan kimia

Buah *Dracontomelon dao* ini mengandung karbohidrat, vitamin C, asam organik dan tanin. Rasa asam, manis dan dingin. Berfungsi sebagai penambah nafsu makan dan memperbaiki saluran pencernaan.

Cara penggunaan:

- Buah masak arilnya bisa langsung dimakan.
- Buah muda dikukus dulu, baru dimakan.

Nama daerah:

Sengkuang (Banjar, Melayu, semua Dayak), **Baran** (D. Kenyah), **Urui** (D. Kedori).

Gbr.003, Buah tua mulai masak lengkap dengan tangkai berdaun, di atas aliran sungai.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Dracontomelon dao***



Famili/Suku : Anacardiaceae
Nama latin : *Mangifera caesia* Jack.



Pohon, tinggi mencapai 15-40 m, diameter 20-90 cm. Batang silindris, lurus. Kulit luar berwarna coklat keabuan, beralur panjang, bermiang (dapat membuat alergi kulit). Stipul/daun penumpu mengumpul di ujung ranting, panjang 2 cm. Daun melanset jorong atau melanset, panjang 10-20 cm, lebar 3-8 cm, gundul, pangkal membaji, ujung biasanya bulat, tulang daun sekunder 18-28 pasang. Tangkai daun 2-4 cm. Perbungaan malai di ujung ranting, panjang 12-30 cm. Warna bunga ungu. Buah batu, keputihan sedikit ada kemerahan, jika sudah masak lunak, membulat telur hingga lonjong, panjang 10-16 cm, garis tengah 7-10 cm, daging buah putih, asam atau manis, menyerabut lembut. Bila masak buah jatuh sendiri ke tanah. Perbedaan antara Wanyi & Binjai hanya pada rasa buahnya, Wanyi manis sedangkan Binjai asam. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, bagian dagingnya yang dimakan.
- Kayunya digunakan sebagai bahan bangunan.

Nama daerah:

Binjai, Wanyi (Banjar, D. Iban, D. Katingan), **Sator** (D. Seberuang), **Wangi** (D. Kenyah).

Gbr.004, Buah yang sudah masak baru jatuh dari pohonnya.

Gbr.005, Buah yang masih menggantung di ujung ranting pohonnya.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Mangifera caesia*



Famili/Suku : Anacardiaceae

Nama latin : *Mangifera pajang* Kosterman



Pohon, tinggi mencapai 15-37 m, diameter 50-100 cm. Tumbuh liar di hutan Dipterokarp campuran hingga ketinggian 150 mdpl, sering dipelihara jika tumbuh di area perbatasan. Kulit luar berwarna coklat keabuan, halus, berlekah. Daun melanset jorong atau melanset, panjang 7-23 cm, lebar 2,5-9 cm, menjangat, gundul, pangkal membaji

sampai menyempit, ujung biasanya runcing melancip pendek, tulang daun sekunder 14-20 pasang, menonjol jelas pada bagian bawah, pertulangan tersier menjala. Tangkai daun 1-4,5 cm. Perbungaan malai di ujung ranting, panjang 8-12 cm. Berbulu balik halus. Bunga berwarna putih kehijauan, kelopak berkuping 4, daun mahkota 4, benang sari 4, tangkai sari bebas, kepala sari membulat telur. Buah batu hijau ungu tua bila masak, sering terdapat getah kering pada kulit luar buah, buah berukuran 10-20 cm, daging buah kuning pucat, Asam-manis, sangat menyerabut. Bila masak buahnya jatuh dengan sendirinya ke tanah. Aroma khas, getahnya jika terkena kulit menyebabkan kulit melepuh. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak dimakan daging buahnya. Awas getahnya dapat menyebabkan kulit melepuh.
- Kayunya digunakan sebagai bahan bangunan.

Nama daerah:

Asam putar (Banjar), **Mawang burung** (D. Seberuang), **Asam pauh** (D. Mentebah, D. Tomun), **Asam tewu** (D. Katingan), **Asam Bai** (D. Kenyah), **Kemantan** (D. Iban).

Gbr.006, Buah yang masih menggantung di ujung ranting.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Mangifera pajang*



Famili/Suku : Anacardiaceae

Nama latin : *Mangifera torquenda* Kosterman



Pohon, tinggi mencapai 15-35 m, diameter 50-85 cm. Tumbuh liar di hutan Dipterokarp campuran hingga ketinggian 150 mdpl. Kulit luar berwarna coklat keabuan, halus, berlekah. Daun membulat telur atau melanset, panjang 7-20 cm, lebar 5-12 cm, menjangat, gundul, pangkal membaji sampai menyempit, ujung biasanya runcing melancip pendek, tulang daun sekunder 14-20 pasang,

menonjol jelas pada bagian bawah, pertulangan tersier menjala. Tangkai daun 2-7 cm. Perbungaan malai diujung ranting, panjang 8-12 cm. Bunga putih kehijauan, kelopak berkuping 4, daun mahkota 4, benang sari 4, tangkai sari bebas, kepala sari membulat telur. Buah batu hijau ungu tua bila masak, sering terdapat getah kering pada kulit luar buah, panjang garis tengah 7-10 cm, daging buah kuning pucat, Asam-manis, sangat menyerabut. Buah masak jatuh sendiri ke tanah. Getahnya bila terkena kulit dapat membuat kulit melepuh. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, bagian daging buahnya yang dimakan. Awas getahnya berbahaya.
- Kayunya digunakan sebagai bahan bangunan.

Nama daerah:

Asam kupak (Banjar), **Asam pauh** (D. Kantu), **Asam mubuk** (D. Mentebah, D. Tomun) **Embawang** (D. Seberuang), **Pangi** (D. Katingan), **Kemantan rusa** (D. Iban) **Sem** (D. Kenyah), **Sembabai** (D. Kedor).

Gbr.007, Buah masak yang jatuh di lantai hutan dan daun anakan dari pohon yang sama.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Anacardiaceae

Nama latin : *Pentaspadon motleyi* Hook.f.



Pohon berukuran sedang hingga besar, tinggi mencapai 35 m, diameter 50 cm. Tumbuh liar di pinggiran sungai di hutan sekunder hingga hutan Dipterokarp. Kulit luar berwarna coklat keabuan bahkan cenderung keputihan, licin, bergelang, getah bening berubah putih lalu hitam. Daun majemuk menyirip ganjil, tersebar. Pangkal tangkai daun ada pembengkakan, panjang 15-60 cm. Anak daun berhadapan dengan satu ujung daun, 15-21 helai, melonjong, pangkal membaji tumpul, ujung melancip, tepi bergerigi, 2-5 x 6-17 cm. Tulang daun sekunder 20-28 pasang, menyambung di tepi daun. Perbungaan malai di ketiak tangkai daun pada ujung ranting, panjang 10-30 cm. Buah membulat hingga lonjong sedikit memipih, kulit rata, warna hijau, panjang 2,5-3,5 cm. Seluruh bagian beraroma khas kedondong. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Biji dari buah yang sudah tua dapat dimakan langsung, atau digoreng/direbus lebih dahulu.

Nama daerah:

Pelajau (Kutai, D. Mentebah), **Pelaciu** (D. Kedori).

Gbr.008, Bunga sedang mekar.

Gbr.009, Buah tua sudah jatuh ke lantai hutan.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Pentaspadon motleyi***



Famili/Suku : Apocynaceae

Nama latin : *Willughbeia coriacea* Wall.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) ini bisa mencapai tinggi 35 m, diameter batang mencapai 25 cm. Tumbuh liar di hutan Dipterokarp lahan pamah/dataran rendah. Kulit luar batang coklat kehitaman, berlentisel, bergetah putih keseluruhan, daun tunggal berhadapan, panjang 5-16 cm. lebar 3-8 cm. Buah masak kemerahan ada juga yang orange. Berdiameter \pm 5-8 cm berbiji banyak (lebih dari 1 kurang dari 15) tertutup aril lunak berwarna jingga, rasa manis-asam. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak arilnya dimakan langsung, sering diperdagangkan.

Nama daerah:

Belali (D. Kahayan), **Dong`u** (D. Kedori), **Tempirik**, **Gitaan** (Banjar), **Kubal** (D. Iban, D. Seberuang), **Gita** (D. Mentebah), **Oyang** (D. Katingan).

Gbr.010, Daun dan bunganya yang mekar.

Gbr.011, Buah masak, bila di buka aril warna bagian yang dimakan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Borassodendron borneensis* J. Dransf.



Sejenis palem besar, sering tumbuh di dataran berbukit yang tidak terlalu tinggi. Batang biasanya berukuran 15-28 cm diameter, terkecuali batang yang masih diselimuti kelopak tangkai bekas daunnya (petiol) jelas berukuran lebih besar hingga berdiameter 50-75 cm. Tumbuhan ini bisa mencapai tinggi 15 m. Isi biji buah yang lunak atau lembut sangat enak dimakan langsung setelah dibelah. Masyarakat sering mengambil daunnya sebagai atap rumah atau pondok, pelepahnya sebagai bahan alat penangkap ikan, sangkar ayam dan burung, yang lebih sering lagi adalah mengambil umbutnya untuk diolah sebagai sayuran.

Cara penggunaan:

- Buah muda bagian isi daging bijinya enak dimakan langsung setelah dibelah.
- Pelepahnya dibuang habis, lalu dikupas tinggalkan bagian yang empuk. Bagian yang empuk ini disebut umbut bandang, bisa dimakan langsung.
- Umbut tersebut dibelah-belah lalu diiris-iris tipis menurut selera. Cuci bersih, lalu masak seperti membuat sayur santan atau dimasak sebagai sayur bening.

Nama daerah:

Bandang (Banjar), **Lirang** (D. Mentebah), **Bedang** (D. Kenyah), **Bindang** (D. Iban), **Bondang** (D. Kedor), **Medang kajang** (D. Tomun).

Gbr.012, Sekumpulan pohon bandang di alam.

Gbr.013, Umbut yang siap disayur.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Calamus scipionum* Lour.



Jenis tumbuhan memanjat (rotan) ini bisa mencapai tinggi 30 m, diameter batang 3-5 cm. Hidup liar di hutan sekunder hingga di hutan Dipterokarp lahan pamah. Kulit luar kehijauan, beruas. Bagian batang berkulit serta pelepah hingga cambuk (flagellum) dan daun berduri kekuningan. (*Calamus manan* Miq. & *Calamus ornatus* Blume duri-durinya agak jarang, warna kehijauan). Anak daun 15-21 helai, memanjang 25-45 cm. Lebar 4-7 cm. Pangkal menombak, melebar ditengah, ujung bergerigi. Pembungaan pada ujung. Buah bersisik, kecoklatan, berdiameter \pm 2-3 cm, berbiji tunggal, aril rasanya asam. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Batangnya untuk kerajinan, kursi atau lemari dari rotan. Penangkap ikan.
- Buah yang masak bisa dimakan dagingnya, rasa asam sedikit sepat.

Nama daerah:

Semambu (Banjar, D. Iban), **Asam tingkas** (D. Mentebah), **Tantubu** (D. Katingan), **Bua uwei** (D. Kenyah), **Jola** (D. Tomun), **Moro** (D. Kedori).

Gbr.014, Bagian batang yang berduri lengkap dengan daun dan flagelum.

Gbr.015, Setangkai buah semambu yang sudah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Arecaceae
Nama latin : *Caryota* sp.



Jenis palem besar ini biasanya hidup tersebar di hutan primer yang jarang padat dengan Dipterokarp. Sangat subur jika di hutan sekunder bekas ladang yang sudah ditinggal berpuluh tahun yang lalu. Pelepah berukuran panjang sampai 7 m, bawah daun ada warna keputihan (*gloucos*). Untuk diambil umbutnya biasanya pohon yang sudah dewasa namun belum mengeluarkan tangkai bunga atau buah. Berkembang biak dengan biji, juga kebanyakan dengan tunas tumbuh pada pangkal batang dalam tanah.

Cara penggunaan:

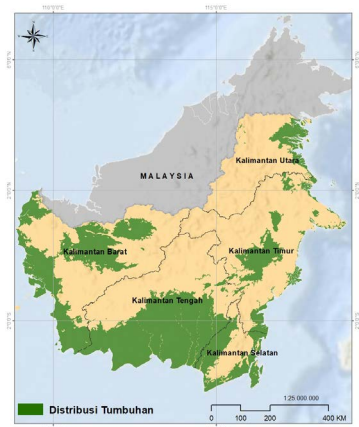
- Tebang pohon yang sudah dewasa namun belum pernah berbuah. Kupas ijuk dan pelepah-nya hingga sisakan bagian yang empuk (umbut). Rajang/potong-potong menurut selera, masak sayur bening/santan.

Nama daerah:

Hapin (Dayak Mentebah), **Risi besar** (Melayu), **Anau** (D. Kenyah), **Aping** (D. Iban), **Honau** (D. Tomun), **Kombai** (D. Kedor).

Gbr.016, Warga sedang memanen umbut Hapin.
Gbr.017, Umbut yang sudah dikupas dari batangnya.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Caryota* sp.



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Daemonorops fissa* Blume



Jenis tumbuhan liar memanjat (rotan) yang bisa mencapai tinggi 15 m, diameter batang 1-5 cm. kulit luar kecoklatan, beruas, bagian batang berkulit serta pelepah hingga cambuk, daun berduri. Daun majemuk, anak daun 180-240 helai, memanjang 25-45 cm, lebar 1-3 cm, pangkal menombak, memanjang, ujung melancip bergerigi, berduri lunak bagian atas daun. Memiliki cambuk berduri pada ujung tangkai daun (*rachis*). Perbungaan pada ketiak pelepah, Buah bersisik, kecoklatan, berdiameter \pm 1-2 cm, berbiji tunggal, aril rasa pahit. Kebanyakan tumbuh di tepian sungai, atau rawa yang biasanya tergenang air. Berkembang biak dengan biji, namun dengan rimpang yang ada tunas barunya lebih mudah tumbuh.

Cara penggunaan:

- Batang yang terkupas untuk dibuat penangkap ikan.
- Batang muda bagian ujung dikupas hingga sampai bagian yang empuk (umbut) Umbut bisa dibakar atau direbus dijadikan lalapan makan dengan nasi+sambal. Umbut diiris-iris kecil lalu ditumis dengan bumbu dapur.

Nama daerah:

Walatung (Banjar), **Rotan merah** (D.Iban).

Gbr.018, Rumpun walatung di alam.

Gbr.019, Buah walatung dalam malai/pelepah.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Daemonorops fissa*



Famili/Suku : Arecaceae
Nama latin : *Eugeissona tristis* Griff.



Sejenis palem besar yang sering tumbuh berumpun dan mengelompok di berbukitan yang terjal, bahkan di lereng-lereng tebing sungai. Batang biasanya berukuran 15-28 cm, terkecuali batang yang masih diselimuti kelopak tangkai bekas daunnya (*petiol*) jelas berukuran lebih besar hingga berdiameter 50-75 cm. Akar keluar sampai tinggi di pertengahan batang. Tumbuhan ini bisa mencapai tinggi 15 m. Biasa diambil sagu pada bagian dalam batangnya. Tangkai buah keluar tegak lurus pada ujung pucuk. Lebih sering lagi mengambil umbutnya untuk diolah sebagai sayuran.

Cara penggunaan:

- Pada bagian batang dipotong lalu dibelah, untuk diambil sagunya.
- Sagu bisa dibuat berbagai makanan pokok dan ringan.
- Pelepahnya dibuang habis, lalu dikupas tinggal bagian yang empuk. Bagian yang empuk ini disebut umbut Nang`a, atau Pantok bisa dimakan langsung.
- Umbut tersebut dibelah-belah lalu diiris-iris tipis, menurut selera. Cuci bersih, lalu masak seperti membuat sayur santan, atau sayur bening.
- Ujung akar yang muda juga dicuci bersih, iris tipis-tipis lalu ditumis, sebagai lauk makan. Namun sedikit pahit, banyak orang yang suka.

Nama daerah:

Pandung (D. Katingan), **Nang`a** (D. Punan, D. Kenyah, D. Tomun), **Nang`o** (D. Kedor), **Pantok** (D. Iban), **Ransa** (D. Mentebah)

Gbr.020, Buah pantok.

Gbr.021, Ujung akar yang bisa disayur.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Oncosperma horidum* (Griff.) Scheff.



Sejenis palem besar yang sering tumbuh di dataran rendah tepian pantai hingga tempat perbukitan yang tinggi. Batang biasanya berukuran diameter 7--20 cm, tinggi 25 m, penuh dengan duri-duri. Masyarakat sering mengambil batangnya sebagai tiang bagang penangkap ikan di tepi laut atau sungai, juga sering dijadikan untuk lantai rumah atau pondok. Masyarakat juga lebih sering mengambil umbutnya untuk diolah sebagai sayuran.

Cara penggunaan:

- Pelepahnya dibuang habis, lalu dikupas tinggalkan bagian yang empuk. Bagian yang empuk ini disebut umbut Nibung, bisa dimakan langsung.
- Umbut tersebut dibelah-belah lalu diiris-iris tipis menurut selera. Cuci bersih, lalu masak seperti membuat sayur santan, atau dimasak sebagai sayur bening.

Nama daerah:

Dibung (D. Kedori), **Nibung** (Banjar, Melayu, D. Iban, D. Kantu, D. Mentebah), **Niwung** (D. Kahayan, D. Katingan), **Nyibung** (D. Kenyah), **Hanibung, Lunjai** (D. Tomun).

Gbr.022, Ujung pohon nibung.

Gbr.023, Pangkal rumpun nibung yang berduri.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Oncosperma horidum*



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Plectocomiopsis geminiflora*
(Griff.) Becc.



Jenis tumbuhan liar memanjat (rotan) yang bisa mencapai tinggi 20 m, diameter batang 1-3 cm, kulit luar kecokelatan, beruas. Bagian batang berkulit serta pelepah hingga cambuk, daun berduri. Daun majemuk, anak daun 25-62 helai, memanjang 25-45 cm. Lebar 4-7 cm. Pangkal menombak, melebar di tengah, ujung bergerigi. Memiliki cambuk berduri pada ujung tangkai daun (*rachis*). Perbungaan pada ujung, Buah bersisik, kehijauan, berdiameter \pm 2-3 cm, berbiji tunggal, aril rasa pahit. Berkembang biak dengan biji, namun dengan rimpang yang ada tunas barunya lebih mudah tumbuh.

Cara penggunaan:

- Batang yang terkupas untuk buat kursi rotan, lemari rotan, penangkap ikan.
- Pelepah bagian ujung dikupas hingga sampai bagian yang empuk (umbut) Umbut bisa dibakar atau direbus dijadikan lalapan makan dengan nasi + sambal atau umbut diiris-iris kecil lalu ditumis dengan bumbu dapur.

Nama daerah:

Umbut riwa (Banjar), **Umbut ruwa** (D. seberuang, D. Katingan, D. Tomun, D. Kedor), **Engkeri** (D. Mentebah), **Tuwei** (D. Kenyah), **Laleh** (D. Iban).

Gbr.024, Rumpun riwa di alam.

Gbr.025, Umbut riwa yang sudah dikupas dari pelepahnya.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Arecaceae

Nama latin : *Pholidocarpus majadum* Becc.



Jenis Palem besar yang biasa hidup di hutan gambut kerangas, sangat dominan bila lahan tersebut sedikit tergenang air, atau di rawa-rawa. Pohon bisa mencapai 30 m, tepi pelepah berduri-duri tajam. Berkembang biak dengan bijinya.

Cara penggunaan:

- Batang bagian pucuk dikupas dari pelepahnya hingga pada bagian yang empuk. Lalu dirajang atau dipotong-potong menurut selera. Cuci hingga bersih, bisa disayur bening atau sayur santan.

Nama daerah:

Anau (D. Kedori, D. Kenyah), **Serdang** (Melayu), **Dirang** (Dayak Mentebah), **Jaung** (D. Iban), **Kajang** (D. Tomun).

Gbr.026, Pohon yang masih berdiri.

Gbr.027, Warga sedang panen dirang.

Gbr.028, Umbut dirang yang telah dikupas.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Arecaceae
Nama latin : *Salacca affinis* Griff.



Tumbuhan berduri yang sering hidup mengelompok, panjang tangkai daunnya sampai 7 m. Sering dijumpai pada pinggiran parit-parit kecil atau di lembah yang sering ada airnya namun air tidak permanen. Tangkai bunga atau buah muncul pada sela-sela pelepah, tinggi bisa sampai 100 cm. Buah kerucut, berdiameter 3-5 cm, kulit buah bersisik, coklat kehitaman. Aril atau daging buah putih, rasa sangat asam. Berkembang biak dengan biji, namun lebih mudah dengan anakannya atau tunas yang tumbuh di sampingnya.

Cara penggunaan:

- Buah masak, arilnya dimakan.
- Tangkai daun (pelepah daun) dibuat tantaran/ joran pancing.

Nama daerah:

Birai (D. Kenyah), **Keramunjan** (D. Kedori), **Mujan** (D. Mentebah), **Hakam** (D. Katingan), **Ridan** (D. Iban), **Barunsu**, **Rangan** (D. Tomun), **Salak hutan** (Banjar)

Gbr.029, Rumpun salak hutan.
Gbr.030, Buah muda.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : **Athyriaceae**

Nama latin : ***Diplazium esculentum*** (Retx.) Swartz



Tumbuhan herba biasa tumbuh di dataran rendah dan pada tepian sungai, namun bila terendam masih bisa bertahan apabila hanya 1-2 minggu. Tinggi tidak lebih dari 3 m. Hidup selalu berkelompok.

Cara penggunaan:

- Potong herba yang masih muda, lalu dicuci bersih.
- Rajang atau potong-potong menurut selera.
- Tumislah dengan bumbu tumis.
- Sajikan dengan nasi putih.

Nama daerah:

Bajai (D. Katingan), **Bajei** (D. Kedor), **Pakis, Paku** (Banjar, Melayu), **Paku ikan** (D. Iban, D. Kantu, D. Mentebah), **Paku danum** (D. Kenyah), **Paku, Tomparan** (D. Tomun).

Gbr.031, Paku atau Pakis yang hidup di alam sebagai semak.

Gbr.032, Pucuk muda yang sudah di potong-potong siap untuk di sayur.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Diplazium esculentum



Famili/Suku : Auriculariaceae
Nama latin : *Auricularia auricula-judae*
(Bull.) J.Schrot.

Identifikasi oleh : Albertus Tjiu



Jamur yang satu ini biasanya tumbuh di batang pohon yang sudah lama mati (lapuk) dan selalu basah atau sering terkena air. Tumbuh hanya beberapa hari saja, tidak tumbuh dalam waktu yang lama. Sangat beruntung sekali bagi siapa yang menemukannya masih dalam keadaan muda, segar, dalam jumlah yang cukup.

Cara penggunaan:

- Petik jamur yang masih muda dan segar.
- Potong-potong kecil.
- Cuci hingga bersih.
- Lalu dapat dimasak menjadi sayur tumis atau sayur sop.

Nama daerah:

Jamur kuping, **Kulat kelibir** (Banjar), **Kulat lapik/Pik** (D. Iban, Mentebah), **Kulat bitak** (D. Katingan, D. Kahayan, D. Kedor), **Kulat hedet** (D. Kenyah), **Kulat kelambir** (D. Tomun).

Gbr.033, Jamur kuping yang tumbuh di batang lapuk.
Gbr.034, Jamur kuping yang sudah di petik untuk di masak.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Auricularia auricula-judae***



Famili/Suku : Begoniaceae
Nama latin : *Begonia* sp.



Tumbuhan herba ini biasa tumbuh di tempat yang sejuk terutama menempel di bebatuan yang sangat lembab. Tinggi tidak lebih dari 100 cm. Tumbuhan ini sangat mudah patah.

Daun muda yang segar terasa sedikit asam, cocok untuk menambah selera atau nafsu makan. Bisa langsung dimakan sebagai lalapan, atau ditumis sebagai bumbu masakan.

Cara penggunaan:

- Daun yang masih segar dicuci bersih, lalu bisa langsung dilalap dengan nasi.
- Daun segar juga bisa ditumis campur dengan undang kering atau ikan teri.

Nama daerah:

Asam keriang (Dayak Mentebah), **Bayam batu** (D. Kedori), **Kelesem** (D. Kenyah), **Riang batu** (D. Iban), **Kabada** (D. Tomun).

Gbr.035, Rumpun *Begonia* sp. yang tumbuh di lantai hutan.
Gbr.036, Rumpun *Begonia* sp. berbunga.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Blechnaceae

Nama latin : *Stenochlaena palustris* (Burm.) Bedd.



Sejenis tumbuhan herba yang menjalar ini biasa hidup di rawa yang berair hingga pada dataran yang kering. Hidup subur di lahan gambut, bahkan hampir setiap tipe hutan dia tumbuh di sana, dapat memanjat di setiap pepohonan di sekitarnya. Memiliki daun muda berwarna kemerahan.

Cara penggunaan:

- Daun muda yang kemerahan atau tangkai daun yang masih kuncup diambil. Cuci bersih, dipotong menurut selera.
- Bisa disayur bening atau ditumis menurut selera. Sajikan dengan nasi putih.

Nama daerah:

Kelakai (Banjar), **Kalakai** (D. Tomun), **Kemiding, Miding** (D. Iban, D. Mentebah), **Lanjang** (D. Kantu), **Paya** (D. Kenyah).

Gbr.037, Kelakai yang hidup subur sebagai semak.

Gbr.038, Daun muda yang baru di petik.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Burseraceae

Nama latin : *Canarium megalanthum* Merr.



Pohon sangat besar, sering terdapat sarang lebah madu. Tinggi pohon dapat mencapai 45 m. Diameter batang sampai 120 cm. Tumbuh liar di hutan primer dan sekunder tua (konon hasil tanaman orang dulu). Kulit batang putih keabu-abuan, permukaan rata, kadang mengelupas kecil-kecil, damar kadang putih berubah hitam, bagian dalam coklat kemerahan, berbercak, dirembesi damar bening berubah putih. Kayu gubal putih. Anak daun 3-7 pasang, membundar telur hingga melonjong, panjang 7-25 cm, lebar 4-12 cm, kaku, pangkal sangat menyerong, ujung biasanya meruncing pendek. Pembungaan pada ujung ranting. Buah membulat telur hingga melonjong, panjang 6-10 cm, garis tengah 5-7 cm, agak mengerut di ujung, bila masak daging dan kulit luar lunak, biji bersegi tiga. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah jatuh masak, buang daging buahnya, ambil bijinya. Lalu biji tersebut dibelah atau dipotong, ambil isi biji warna putih, bisa langsung dimakan (enak makan dengan gula merah).
- Atau digoreng terlebih dahulu, tiriskan, lalu dimakan.

Nama daerah:

Balangeran (D. Tomun), **Doho** (D. Kedori), **Jelemu** (Kutai).

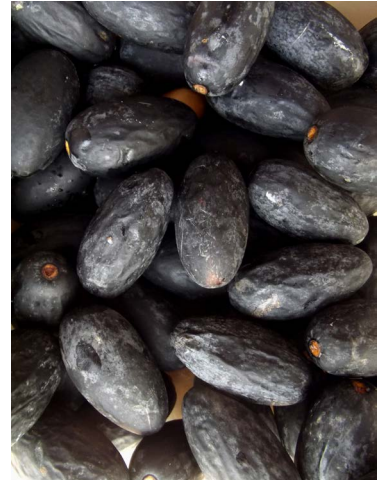
Gbr.039, Buah kenari yang masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Burseraceae

Nama latin : *Dacryodes costata* (A.W.Benn.) H.J.Lam



Pohon tinggi mencapai 35 m. Garis tengah mencapai 50 cm. Tumbuh liar di hutan primer dan sekunder tua di punggung atau di lereng bukit. Kulit batang coklat abu-abu, permukaan retak-retak hingga mengeripih dan bersisik, bagian dalam coklat kemerahan, berbercak, dirembesi damar bening berubah putih, lalu berubah jadi damar hitam. Kayu gubal putih. Anak daun 4-8(-10) pasang, membundar telur hingga melonjong, panjang 4-25 cm, lebar 2,5-10 cm, kaku, pangkal sangat menyerong, ujung biasanya tiba-tiba meruncing hingga 1-2 mm. Pembungaan pada ujung ranting. Buah membulat telur hingga melonjong agak menyerong, panjang 2-5 cm, garis tengah 2-3 cm, agak mengerut di ujung, bila masak berubah warna dari kuning menjadi hitam kebiruan. Endemik Borneo. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah setelah dicuci, rendam dengan air panas sekitar 15 menit.
- Angkat lalu tiriskan.
- Makan bagian dalam kulit yang empuk yang berwarna kekuningan.

Nama daerah:

Keramu, Kembayau (Banjar, D. Katingan, D. Kenyah), **Kemayau** (D. Iban, D. Tomun), **Kedamu** (D. Mentebah).

Gbr.040, Buah masih melekat pada tangkainya.

Gbr.041, Buah yang sudah diolah dengan direndam air hangat.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Calophyllaceae
Nama latin : *Garcinia mangostana* Linn.



Pohon tinggi 3-20 m, garis tengah 15-60 cm. Sering dijumpai di hutan, sudah dibudidayakan sebagai buah tahunan. Batang menyilinder, kadang beralur dangkal. Kulit batang halus hingga mengeripih, coklat kehitaman, bagian dalam keras menyerabut, merah jambu hingga coklat merah. Getah putih jadi krem lalu kekuningan. Tangkai daun seakan menempel, panjang 1,5-2 cm. Daun menjorong, panjang 15-30 cm, lebar 7-13 cm, sangat kaku, pangkal daun membaji, ujung runcing hingga melancip, gundul, tepi daun rata, tulang daun primer tajam bagian bawah bila diraba, apalagi bila sudah kering, tulang daun sekunder 16-20 pasang, samar-samar, menyambung di tepi daun. Pembungaan hanya di ujung ranting. Bunga berdaun kelopak 4 dan daun mahkota 4. Buah soliter, membulat, garis tengah hingga 7 cm. buah muda putih-kehijauan bila masak coklat hingga kehitaman, aril putih, asam-manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril biji buahnya warna putih, terasa asam-manis.

Nama daerah:

Manggis (Melayu, D. Kenyah), **Sikup** (D. Mentebah, D. Kedori), **Salam** (D. Iban), **Sungkup** (D. Tomun).

Gbr.042, Buah muda masih di pohon.

Gbr.043, Buah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Calophyllaceae
Nama latin : *Garcinia nitida* Pierre



Pohon tinggi 4-30 m. garis tengah 15-60 cm. Hidup liar di hutan primer dan sekunder lahan pamah, di dataran rendah hingga berbukit. Batang menyilinder, kadang beralur dangkal. Kulit batang halus hingga mengeripih, coklat kemerahan, bagian dalam keras menyerabut, merah jambu hingga coklat merah. Getah putih berubah krem lalu kekuningan. Tangkai daun panjang 1 cm. Daun tunggal berhadapan, melanset, panjang 7-10 cm, lebar 2-4 cm, pangkal daun membaji, ujung runcing hingga melancip, gundul, tepi daun rata, tulang daun sekunder tidak jelas/samar-samar. Perbungaan pada ketiak-ketiak daun. Bunga berdaun kelopak 4 dan daun mahkota 4. Buah soliter, banyak variasi bentuk, ada membulat, membulat telur hingga memanjang, bahkan ada yang tidak simetris. garis tengah antara 1-3 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril buah yang masak bisa langsung dimakan.
- Buah muda hingga yang hampir masak, diiris menjadi 3-5 bagian, lalu jemur hingga kering. Bisa bertahan dalam penyimpanan dalam waktu yang lama. Apabila ingin dimasak cuci bersih dulu, lalu bisa sebagai ganti asam dalam masak sayur, ikan, daging, dan sebagainya.

Nama daerah:

Kumanjing (Banjar), **Kandis**, **Sumpatebu** (Dayak Iban, Seberuang, Kantu, Mentebah), **Gandis** (D. Kahayan, D. Katingan, D. Tomun, D. Kedori), **Adiu** (D. Kenyah).

Gbr.044, Buah yang masih di pohon.

Gbr.045, Buah yang sudah dipetik.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Calophyllaceae

Nama latin : *Garcinia parvifolia* (Miq.) Miq.



Pohon tinggi 2-16 m. garis tengah 8-30 cm. Tumbuh liar dalam hutan primer dan sekunder lahan pamah. Batang menyilinder, kadang beralur dangkal. Kulit batang halus hingga mengeripih, coklat kehitaman, bagian dalam keras menyerabut, merah jambu hingga coklat merah. Getah putih berubah krem lalu kekuningan. Tangkai daun panjang 1 cm. Daun tunggal berhadapan, melanset, panjang 7-12 cm, lebar 4-7 cm, pangkal daun membaji, ujung runcing hingga melancip, gundul, tepi daun rata, tulang daun sekunder samar-samar. Perbungaan pada ujung ranting. Bunga berdaun kelopak 4 dan daun mahkota 4. Buah soliter, membulat bola, warna muda putih, ketika masak merah cerah, garis tengah antara 3-4 cm, sering dijual di pasar tradisional. Biji di dalam sangat tipis, hingga jarang dibuang (dimakan). Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, arilnya sangat manis, persis dengan rasa *Garcinia mangostana*.

Nama daerah:

Aciu (D. Kedori), **Bintangliti**, **Kemundar** (Banjar), **Gentelang** (D. Seberuang), **Entelang** (D. Mentebah), **Sungkup** (D. Katingan), **Ite** (D. Kenyah), **Kundung** (D. Iban), **Pandau** (D. Tomun).

Gbr.046, Setangkai buah muda.

Gbr.047, Buah masak yang dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Calophyllaceae
Nama latin : *Garcinia* sp.1



Pohon tinggi tidak lebih dari 2,5 m, garis tengah 1-4 cm. Tumbuh liar dalam hutan primer dan sekunder lahan pamah. Batang menyilinder, cabang persegi empat. Kulit batang halus, coklat kehitaman. Getah putih berubah krem lalu kekuningan. Tangkai daun panjang 1 cm. Daun tunggal berhadapan, melanset, panjang 7-10 cm, lebar 3-5 cm, pangkal daun membaji, ujung runcing hingga melancip, gundul, tepi daun rata, tulang daun sekunder samar-samar. Pembungaan pada ujung ranting. Bunga berdaun kelopak 4 dan daun mahkota 4. Buah soliter, tidak membulat benar, bahkan ada yang tidak simetris, warna buah muda hijau, ketika masak hijau muda sedikit kekuningan, garis tengah antara 2-3 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak hijau kekuningan, daging kulit yang dimakan dengan garam karena sangat asam.

Nama daerah:

Manggis hijau (Banjar), **Pandau labi-labi** (D. Tomun).

Gbr.048, Buah tua tetap berwarna hijau.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Calophyllaceae
Nama latin : *Garcinia* sp.2



Pohon tinggi 4-30 m, garis tengah 15-60 cm. Tumbuh liar dalam hutan primer dan sekunder lahan pamah. Batang menyilinder, kadang beralur dangkal. Kulit batang halus hingga mengeripih, coklat kemerahan, bagian dalam keras menyerabut, merah jambu hingga coklat merah. Getah putih berubah krem lalu kekuningan. Tangkai daun panjang 1 cm. Daun tunggal berhadapan, melanset kebanyakan agak membulat, panjang 7-10 cm, lebar 3-6 cm, pangkal daun membaji, ujung runcing hingga melancip, gundul, tepi daun rata, tulang daun sekunder samar-samar. Pembungaan pada ketiak-ketiak daun. Bunga berdaun kelopak 4 dan daun mahkota 4. Buah soliter, membulat telur ada ekor di ujung, bahkan ada yang tidak simetris. garis tengah antara 1-3 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, arilnya warna putih rasa asam-manis.

Nama daerah:
Sikup empiaw (D. Iban, D. Mentebah), **Kandis** (D. Katingan).

Gbr.049, Buah muda dengan kulit luar semburat kehijauan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
***Alangium ridleyi* King**



Famili/Suku : Cornaceae
Nama latin : *Alangium ridleyi* King



Pohon tinggi mencapai 23 m dengan diameter batang sampai 45 cm. Tumbuh liar di hutan primer dan sekunder pada lahan pamah/dataran rendah. Batag mempunyai banir papan, kulit batang licin keputihan, kadang bergelang. Percabangan 90°. Tangkai bunga atau buah berada pada dahan di ketiak daun. Buah lonjong sedikit pipih, garis tengah 1,5-2,5 cm, panjang 2-3 cm. Buah mentah berwarna hijau, setelah masak merah tua hingga kehitaman. Bagian daging buah (aril) terasa manis-asam. Perkembangbiakkan dengan biji.

Cara penggunaan:

- Bagian aril buahnya dapat dimakan, rasa asam-manis.

Nama daerah:

Buah hitam (Melayu), **Belenyok** (D. Mentebah), **Pongolan** (D. Kedori).

Gbr.050, Buah masih muda & daun yang sudah jatuh di lantai hutan.
Gbr.051, Pangkal batang dengan banir jangkang.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi*



Famili/Suku : Dioscoreaceae

Nama latin : *Dioscorea hispida* Dennst.



Tumbuhan menjalar ini berukuran besar seperti batang spidol, berduri jarang. Daun menjari beranak daun 3, urat daun 5. Duduk daun berseling, panjang tangkai daun 10-18 cm, membengkak pada ujung dan pangkalnya. Memiliki umbi yang bervariasi besarnya, berangkap-rangkap. Warna isi umbi putih kekuningan, kalau salah perlakuan dalam mengolahnya apabila dimakan dapat menyebabkan sakit kepala, pusing sampai mabuk, bahkan bisa muntah.

Peringatan.....!!

Jika masih ragu untuk mengolah makanan dari jenis ini, hendaknya dihindari atau lebih baik tidak usah mengambilnya, karena berbahaya demi kesehatan!

Cara penggunaan:

- Umbi diiris-iris tipis, lalu rendam pada air yang mengalir dalam keranjang, tidak boleh kurang dari 6 jam. Lalu rebus sampai mendidih buang airnya, rebus lagi sampai 2x ulangan, kemudian rebus terakhir beri garam secukupnya, tiriskan bisa dimakan sebagai camilan.
- Biasanya setelah proses rendamam pada air mengalir, lalu dijemur hingga kering, kemudian digoreng seperti membuat keripik (keripik gadung).
- Umbi diparut kemudian tampung air saringannya untuk digunakan sebagai cuka getah.

Nama daerah:

Gadung (Banjar), **Uwi ara** (D. Kahayan, D. Katingan), **Luan** (D. Kenyah), **Ubi jane** (D. Iban), **Saing** (D. Kedori).

Gbr.052, Umbi yang dipotong.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Dioscorea hispida***



Famili/Suku : Ebenaceae
Nama latin : *Diospyros* sp.



Tumbuhan kayu arang yang satu ini khusus tumbuh di rawa, baik masih tergenang air atau rawa kering. Tinggi mencapai 30 m, garis tengah 45 cm. Batang lurus berlekuk, berbanir tinggi, namun sering bersudut. Kulit luar hitam, keras, retak-retak, bersisik. Daun melonjong, panjang 12-20 cm, lebar 7-10 cm, selang-seling, tepi daun rata, tangkai daun pendek ± 1 cm, urat daun sekunder 9-13 pasang, permukaan bawah daun sering dijumpai kelenjar hitam. Bunga mengelompok di ketiak, menjuntai ke bawah, warna hijau kekuningan, berkelamin tunggal (bunga jantan dan betina di tumbuhan yang berbeda), berkelipatan 5-6, kelopak membesar pada buah, daun mahkota menyatu di pangkal, cuping bertumpang tindih selagi bunga masih kuncup, buah buni berbiji 1. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kayu sebagai bahan bangunan dan untuk kayu bakar.
- Buah aril bijinya yang bening, tipis, manis dimakan.

Nama daerah:

Harang-harang, Kayu arang, Kayu malam (Banjar, Melayu, D. Katingan),
Saleng (D. Kenyah), **Merpinang** (D. Iban).

Gbr.053, Buah muda masih melekat pada ranting.

Gbr.054, Buah masak dan mentah yang sudah jatuh di lantai hutan.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Diospyros sp.**



Famili/Suku : Elaeocarpaceae
Nama latin : *Elaeocarpus glaber* Blume



Pohon tinggi mencapai 30 m, garis tengah sampai 50 cm. Tumbuh liar di dataran rendah, kebanyakan di pinggir sungai. Batang lurus namun sering berlekuk. Akar jangkang di permukaan tanah. Kulit batang halus hingga bersisik, lentisel, coklat keabuan. Tangkai daun bengkok pada pangkal dan ujung, panjang 1-5 cm. Daun membundar hingga melonjong, panjang 7-17 cm, lebar 4-8 cm, pangkal daun membaji tumpul, ujung melancip tumpul, tepi daun bergerigi, tulang daun sekunder 5-7 pasang. Stipul kecil, membalik, panjang 2-4 mm. Buah melonjong, diameter 2-3 cm, panjang sekitar 3-4 cm, bila masak kuning berubah merah hingga kehitaman. Daging buah masak rapuh warna kuning, kuat menempel di sela-sela gigi bagi yang memakannya. Rasa sepet-manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak merah tua, makan bagian daging dalam kekuningan yang empuk.

Nama daerah:

Basap (D. Kenyah), **Bengkinang** (Banjar), **Tamang** (D. Iban, D. Seberuang, D. Mentebah, D. Katingan), **Pasi** (D. Kedori).

Gbr.055, Buah tua warna kuning dan buah masak merah.

Gbr.056, Pangkal batang pohon berakar jangkang.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Elaeocarpus glaber*



Famili/Suku : Euphorbiaceae

Nama latin : *Elateriospermum tapos* Blume



Pohon tinggi mencapai 30 m, garis tengah sampai 40 cm. Hidup liar di hutan primer, sering juga ada di hutan sekunder tua. Batang lurus namun sering berlekuk. Kulit batang halus hingga bersisik, mengelupas kecil-kecil, keabu-abuan. Tangkai daun bengkak pada pangkal dan ujung, panjang 1-5 cm. Daun tunggal, tersebar, melonjong hingga memanjang, panjang 17-25 cm, lebar 3-5 cm, pangkal daun membaji tumpul, ujung melancip, tepi daun rata. Bergetah putih secara keseluruhan. Buah beruang 3, panjang sekitar 4-6 cm, bila masak merah. Biji coklat, daging biji putih. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak merah, sering pecah di atas, biji jatuh ke tanah. Biji direbus, makan daging biji tersebut yang berwarna putih.

Nama daerah:

Para hutan (Banjar), **Kelampai** (D. Iban, D. Mentebah), **Kelopai** (D. Kedori), **Pelampai** (D. Tomun), **Elang git** (D. Kenyah).

Gbr.057, Buah sudah masak di pohon.

Gbr.058, Buah masak dan biji-biji yang sudah bersih, siap untuk direbus.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Archidendron jiringa* (Jack) I.C.Nielsen



Tumbuhan ini sekarang sudah jadi jenis yang dibudidayakan, namun sering kali kita jumpai di hutan-hutan tumbuh liar, karena biji yang dibawa oleh satwa mungkin terjatuh hingga tumbuh. Tinggi pohon bisa mencapai 20 m, dengan diameter 35 cm. Kulit halus, sering ada benjolan melintang, abu-abu hingga keputihan. Bagian dalam merah tua, kayu gubal keputihan.

Anak cabang menggalah, anak daun rata-rata 3 pasang berhadapan, pasangan di pangkal bisa sedikit berseling, pasangan ujung berhadapan. Daun menjorong hingga membundar telur sungsang, 5-20 x 3-10 cm, pangkal membaji, ujung lancip. Perbungaan di ketiak daun bagian ranting berdaun. Buah polong melingkar berjuntai, kulit luar coklat. Aril biji tua merah hingga coklat, diameter 3-4 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah muda atau tua, dibuka dari kulitnya, biji bisa langsung dilalap jika suka.
- Bijinya juga bisa digoreng, namun biasa direbus, makan dengan nasi.
- Biji diremuk atau diiris-iris tipis, bisa dimasak sambel-goreng, atau semur jengkol.

Nama daerah:

Jaring (Banjar), **Jengkol** (Melayu), **Betah lata** (D. Kenyah), **Joring** (D. Tomun).

Gbr.059, Buah muda yang masih di pohon.

Gbr.060, Dahan yang sedang berbunga mekar.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Fabaceae
Nama latin : *Dialium indum* L.



Pohon tinggi mencapai 40 m, garis tengah sampai 50 cm. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder tua hingga ketinggian 500 m, baik di punggung atau di lereng bukit dapat ditemukan juga di rawa. Kulit batang licin keabuan, Kayu gubal merah hati. Daun majemuk, anak daun biasanya 2-3 pasang, membundar telur, panjang 7-16 cm, lebar 3-7 cm, kaku, pangkal daun membundar hingga membaji, ujung meruncing, tepi daun menjangat. Pembungaan muncul di ketiak tangkai daun, dengan 5 kelopak, tidak bermahkota, keputihan, benang sari 2. Buah hampir membulat biasa sedikit pipih, diameter 2x3 cm, bila masak berwarna coklat tua hingga hitam, kulit buah kaku rapuh, daging kecoklatan, sedikit liat seperti asam jawa, rasa asam-manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kulit buah masak kecoklatan dibuka, dimakan daging buahnya.

Nama daerah:

Kuranji papan (Banjar), **Keranjik** (D. Mentebah), **Engkranji asam** (D. Kantu, D. Iban), **Garit** (D. Kenyah), **KerANJI** (D. Tomun, D. Kedori).

Gbr.061, Setangkai bunga keranji.

Gbr.062, Sekelompok buah keranji yang dikumpulkan.

Gbr.063, Banir papan pada pangkal batang.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Dialium platysepalum* Baker

***Syn. Dialium maingayi* Baker**



Pohon tinggi mencapai 25 m, garis tengah sampai 45 cm. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder tua hingga ketinggian 500 m, baik di punggung atau di lereng bukit dan juga di rawa kering. Kulit batang licin keabuan, Kayu gubal merah hati. Anak daun biasanya 4-8 pasang, membundar telur hingga melonjong, panjang 5-7 cm, lebar 2-3 cm, kaku, pangkal daun membundar hingga membaji, ujung meruncing, tepi daun menjangat. Perbungaan muncul di ketiak tangkai daun, dengan 5 kelopak, tidak bermahkota, benang sari 2. Buah hampir membulat 1x2 cm, bila masak berwarna coklat tua hingga hitam, kulit buah kaku rapuh, daging kecoklatan, sedikit liat seperti asam jawa, rasa asam-manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kulit buah masak kecoklatan dibuka, dimakan daging buahnya.

Nama daerah:

Kuranji pipit (Banjar), **Keranjik** (D. Mentebah), **Engkranji madu** (D. Kantu, D. Iban), **Garit** (D. Kenyah), **KerANJI** (D. Tomun).

Gbr.064, Buah masak hasil panen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Fordia brachybotrys* Merr.



Tumbuhan pohon kecil tingginya mencapai 6 m, sering dijumpai di hutan primer Dipterokarp, hingga hutan sekunder. Kulit luar ber-lentisel hingga bersisik, berwarna coklat hingga putih abu-abu. Kulit dalam kecoklatan, menyerabut. Daun majemuk menyirip ganjil, anak daun 5-13 helai, melonjong, panjang 4-20 cm, lebar 3-8 cm. Tulang daun sekunder 6-15 pasang, tangkai anak daun bengkak semuanya, bila kering terputus-putus hingga terlihat tulang poros tengah. Perbungaan malai keluar di bagian batang hingga ranting ujung, panjang 15-25 cm. Bunga merah biru terong, dimakan rasa kacang. Buah pipih menjorong kebanyakan melebar di bagian tengah atau agak ke ujung lalu lancip melekok ke bawah, panjang 8-20 cm, lebar tengah 2-4 cm, gundul, licin, kecoklatan, kulit buah coklat lalu merekah terpelintir bila kering. Biji 1 atau ada yang lebih. Berkembang biak dengan biji, namun sering dijumpai tumbuh pada bagian akar yang terkokak.

Cara penggunaan:

- Biji buahnya dan bunganya, bisa dimakan langsung.

Nama daerah:

Kayu kacang (Banjar, D. Kenyah), **Kayu tuba/Mergantung** (D. Iban), **Bluru** (D. Tomun).

Gbr.065, Bunga berwarna ungu.

Gbr.066, Setangkai buah muda.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Fordia splendidissima*

(Blume ex Miq.) Buijsen



Tumbuhan pohon kecil yang tingginya antara 1-4 m, sering dijumpai di hutan primer Dipterokarp, hingga hutan sekunder. Kulit luar bersisik, berwarna coklat hingga putih abu-abu. Kulit dalam kecoklatan, menyerabut. Daun majemuk menyirip ganjil, anak daun 5-13 helai, melonjong, panjang 6-20 cm, lebar 3-8 cm. Tulang daun sekunder 6-15 pasang, tangkai anak

daun bengkak semuanya, bila kering terputus-putus hingga terlihat tulang poros tengah. Perbungaan malai keluar di bagian ujung ranting, panjang 15-25 cm. Bunga merah biru terong, dimakan rasa kacang. Buah pipih menjorong kebanyakan melebar di bagian tengah atau agak ke ujung lalu lancip melekuk ke bawah, panjang 6-12 cm, lebar tengah 2-3 cm, gundul, licin, hijau, kulit buah tua coklat lalu pecah bila kering. Biji kebanyakan lebih dari 1 dalam satu polong. Berkembang biak dengan biji, namun sering dijumpai tumbuh pada bagian akar yang terkoyak.

Cara penggunaan:

- Biji buahnya dan bunganya, bisa dimakan langsung.

Nama daerah:

Kayu kacang (Banjar, D. Kenyah), **Kayu tuba/Mergantung** (D. Iban), **Bluru** (D. Tomun).

Gbr.067, Bunga yang keluar pada ujung ranting.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Inocarpus fagifer* (Parkinson) Fosberg

***Syn. Inocarpus edulis* Forst.**



Pohon sedang, tinggi sekitar 4-17 m, diameter 10-30 cm. Sering dijumpai di hutan rawa kering hingga areal yang berair dangkal. Banir dapat tinggi. Kulit sedikit kecoklatan, kulit dalam agak keputihan, Daun tunggal selang-seling, kaku, panjang 14-25 cm, lebar 8-12 cm. Tangkai daun pendek, tulang daun sekunder 10-16 pasang. Tangkai bunga 8-14 cm, Buah sepasang namun kadang pasangannya jatuh awal. Buah tidak simetris, diameter 4-7 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah tua dibuang kulitnya, bijinya direbus, tiriskan lalu makan.

Nama daerah:

Ganyam (Banjar), Seruwai (D. Kedori).

Gbr.068, Bunga dan kumpulan buah.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Parkia speciosa* Hassk.



Pohon tinggi mencapai 40 m, garis tengah sampai 80 cm. Sering dijumpai di hutan primer Dipterokarp. Kulit batang berlentisel, retak-retak, coklat keabuan. Daun majemuk ganda, Anak daun 4-42 pasang, memanjang menyirip rapat, panjang 5-12 mm, lebar 2-4 mm, kaku, pangkal daun membundar hingga rata, ujung membundar. Perbungaan muncul di ketiak tangkai daun bagian ujung ranting. Panjang tangkai 20-40 cm. Buah pipih, panjang 15-30 cm, lebar 3-4 cm, bila masak berwarna coklat tua hingga hitam. Semuanya tidak ada perbedaan dengan petai di kampung, namun pada tangkai buah lebih pendek dan lebih kecil. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buahnya dibuat lalap (makan mentah/direbus dulu), ditumis atau disayur sesuai selera.

Nama daerah:

Petai hutan (Banjar, Melayu, sebahagian Dayak), **Beta** (D. Kenyah), **Potah** (D. Kedor), **Potai** (D. Tomun).

Gbr.069, Bunga petai.

Gbr.070, Buah petai muda.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae
Nama latin : *Senna alata* (L.) Roxb.



Pohon kecil atau perdu, sering tumbuh berkelompok memiliki tinggi di bawah 5 m. Hidup liar di tepi-tepi sungai atau parit, atau di areal yang sering tergenang air sewaktu-waktu. Kulit batang abu-abu hingga kehitaman, permukaan halus, bergelang. Daun majemuk, anak daun 6-12 pasang, melonjong, 3-5 x 6-12 cm, pangkal tidak simetris, ujung membuldar, tepi daun rata, kaku, Pembungaan pada pucuk ranting. Buah segi tiga, warna hijau, panjang 14-25 cm. Biji banyak berbaris di tengah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daun sebagai obat jamur kulit (panu), dengan cara digosokkan.
- Buahnya dibakar, dimakan bijinya, konon digunakan untuk obat cacing kremi.

Nama daerah:

Gelinggang (Banjar, D. Katingan), **Serugan** (D. Mentebah), **Uducap** (D. Kenyah), **Ketepeng, Gelinggah** (D. Tomun), **Sating** (D. Kedori).

Gbr.071, Buah polong tua dan bunga.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fabaceae

Nama latin : *Whitfordiodendron nieuwenhuisii* (J.J.Sm.) Dunn

***Syn. Callerya nieuwenhuisii* (J.J.Smith.) A.Schot.**



Jenis tumbuhan memanjat (liana) ini bisa mencapai tinggi 25 m, diameter batang 8-20 cm. Kulit luar coklat kehitaman, bagian dalam kecoklatan, daun majemuk dengan 3-7 anak daun, membulat telur, panjang 4-12 cm. Lebar 3-8 cm. Buah tua kecoklatan,

bergantungan pada bagian batangnya. Buah berdiameter 3-6 cm, panjang 5-12 cm. Kebanyakan berbiji 1-4 setiap buah. Hidup liar di hutan Dipterokarp lahan pamah. Buah ini sedikit beracun, untuk memasaknya sangat berhati-hati, karena dapat menyebabkan sakit kepala/mabuk. Jika salah mengolahnya bisa menyebabkan sakit kepala (seperti mabuk di kendaraan). Berkembang biak dengan biji.

Peringatan.....!!

Jika masih ragu untuk mengolah makanan dari jenis ini, hendaknya dihindari atau lebih baik tidak usah mengambilnya, karena berbahaya demi kesehatan!

Cara penggunaan:

- Biji buah diiris tipis, lalu rendam pada air yang mengalir dalam keranjang, tidak boleh kurang dari 6 jam. Lalu rebus sampai mendidih buang airnya, rebus lagi sampai 3x ulangan. kemudian rebus hingga masak, bisa di makan sebagai camilan.
- Biasanya setelah proses diatas, lalu sayur tumis, dengan bumbu dapur yang lengkap, Masak, sajikan makan dengan nasi putih sebagai lauk atau sayuran.

Nama daerah:

Akar tatau (Banjar, D.Mentebah, D.Katingan), **Aka ubet** (D.Kenyah), **Belum** (D.Iban), **Lungka** (D.Seberuang), **Ketatau** (D.Kedori).

Gbr.072, Sekumpulan buah akar tatau.

Gbr.073, Bunga tatau yang sedang mekar.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fagaceae

Nama latin : *Castanopsis fulva* Gamble



Tumbuhan ini tingginya bisa mencapai 23 m, diameter hingga 45 cm. Tumbuh baik di tempat perbukitan hingga dataran rendah tepi sungai. Kadang-kadang banir bercabang, kecil. Kulit luar kasar kadang berlekah, berlentisel hingga sampai ke ranting muda, berwarna coklat keabu-abuan. Kulit dalam masuk ke bagian batang kayu (tikam isi). Stipul tombak, panjang 9 mm, lebar 2-3 mm. Tangkai daun panjang 1-2 cm, membengkak pada pangkalnya, setiap ketiak terdapat tonjolan seperti bakal tunas. Daun menjorong hingga melancip, Panjang 12-23 cm, lebar 3-9 cm, pangkal membaji, ujung melancip. Tulang daun sekunder 12-14 pasang, bawah daun keputihan. Cupak (kulit buah) berduri tajam panjang 2-3 mm, tidak teratur, bila masak merekah tidak beraturan, bila kering kecoklatan, bertangkai panjang biasa 30 cm. Buah menggumpal dalam satu tangkai. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah dibelah ambil bijinya, lalu digoreng seperti kacang tanah, tiriskan, sajikan sebagai camilan.

Nama daerah:

Abung bulu (D. Kenyah), **Berangan pipit** (D. Mentebah, D. Katingan), **Lahang opit** (D. Kedori), **Tempili mata babi** (D. Tomun), **Pasang** (Banjar), **Silolang** (D. Kantu).

Gbr.074, Pohon dengan buah masih muda.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Fagaceae

Nama latin : *Castanopsis megacarpa* Gamble



Tumbuhan ini tingginya dapat mencapai 23 m, diameter hingga 45 cm. Tumbuh baik di tempat perbukitan hingga dataran rendah tepi sungai. Kulit luar kasar kadang berlekah, berlentisel hingga sampai ke ranting muda, berwarna coklat keabu-abuan. Kulit dalam masuk ke bagian batang kayu (tikam isi). Tangkai daun panjang 2-5 cm, membengkok pada pangkalnya, setiap ketiak terdapat tonjolan seperti bakal tunas. Daun menjorong hingga melancip. Cupak (kulit

buah) berduri tajam panjang 2-3 mm, tidak teratur, bila masak merekah tidak beraturan, bila kering kecoklatan, bertangkai panjang biasa 20 cm. Diameter buah bisa mencapai 15 cm panjang sekitar 20 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah dibakar, lalu kulit berduri yang gosong dibuang, belah bijinya, makan daging biji yang empuk tersebut.

Nama daerah:
Belung (D. Tomun).

Gbr.075, Biji yang sudah jatuh.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Gnetaceae

Nama latin : *Gnetum gnemonoides* Brongn.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) ini dapat mencapai tinggi 15 m, diameter batang 1-18 cm. Tumbuh liar di hutan berair hingga di hutan Dipterokarp lahan pamah, terutama pada tepian sungai. Kulit luar coklat kehitaman, berbenjol-benjol bekas tangkai buah. Daun tunggal namun nampak seperti majemuk, daun melonjong, panjang 5-14 cm lebar 4-10 cm. Buah masak kemerahan ada yang sedikit jingga. Berdiameter $\pm 1-3 \times 2-4$ cm. Berbiji tunggal, rasa sedikit pahit sama persis melinjo. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak di pohon bisa langsung direbus sebagai makanan camilan.
- Buah muda, daun muda dan bunga, bisa sebagai bahan sayur asam.

Nama daerah:

Belinju akar (Banjar), **Kembang ulat** (D. Kantu), **Kunjat, Keliat** (D. Mentebah), **Kayar** (D. Iban), **Patak** (D. Kedori).

Gbr.076, Buah yang sudah masak di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Hypoxidaceae

Nama latin : *Curculigo latifolia* Dryand. ex W.T. Aiton



Tumbuhan herba ini sering hidup berkelompok, dan hidup subur di lahan bekas bukaan seperti bekas jalan-jalan sarad alat-alat berat. Daunnya yang berserat panjang sering digunakan oleh para petani untuk mengikat sayuran. Daun panjang 30-120 cm, lebar 10-18 cm. Tangkai bunga muncul pada ketiak-ketiak pelepah daun bawah. Buah yang masak berada di bagian paling pangkal bawah.

Cara penggunaan:

- Daun dibelah-belah, jemur, gunakan sebagai tali pengikat sayuran. Dapat digunakan juga sebagai bahan tenun untuk pakaian adat.
- Buah yang masak terlihat putih keunguan, biji hitam, dapat langsung dimakan buahnya.
- Diyakini oleh masyarakat adat Dayak Iban, buah *Curculigo* ini dapat menetralkan pengaruh alkohol.

Nama daerah:

Nyinyiuran (Banjar), **Lemba** (D. Seberuang, D. Iban, D. Katingan, D. Kenyah), **Tukan** (D. Mentebah), **Punsin, Pusin** (D. Tomun), **Romba** (D. Kedori).

Gbr.077, Tumbuh secara mengelompok di bekas jalan logging.

Gbr.078, Bonggol buah-bunga pada pangkal.

Gbr.079, Biji hitam yang lunak bagian yang di makan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Curculigo latifolia*



Famili/Suku : Lauraceae

Nama latin : *Litsea garciae* Vidal



Pohon, tinggi hingga 35 m, berdiameter hingga 50 cm. Tumbuh liar di hutan sekunder, di tepi-tepi sungai atau dibudidayakan. Kulit luar berwarna putih keabuan, halus, berlentisel. Kulit dalam keras, berserabut pendek, kayu gubal putih. Tangkai daun panjang 1-2 cm beralur. Daun melanset lonjong, panjang 15-50 cm, lebar 5-14 cm, pangkal membaji hingga hampir menjantung, ujung melancip. Tulang daun sekunder 15-27 pasang, bawah daun keputihan. Pembungaan pada ketiak daun yang sudah jatuh, secara mengelompok. Buah hijau keputihan, bila masak merah hingga hitam ungu, membulat, panjang biasa 3 cm, garis tengah 4 cm, ujung tumpul bahkan datar, duduk di atas mangkuk tajuk yang dalamnya ± 1 cm, tabung tajuk buah berdaging, hijau. **Endemik Borneo.** Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah dicuci, rendam dengan air panas selama 15 menit yang sudah dimasukan garam, penyedap rasa, secukupnya, iris bawang merah. Dimakan daging buahnya, juga air rendamannya sebagai kuah, dimakan dengan nasi.

Nama daerah:

Kalangkala (Banjar), **Engkala** (D. Seberuang, D. Iban), **Teboroh** (D. Mentebah), **Tebulus** (D. Katingan, D. Kedori), **Mali** (D. Kenyah), **Pedar** (D. Kantu), **Kulangkala** (D. Tomun).

Gbr.080, Buah muda masih melekat pada dahannya.

Gbr.081, Buah yang sudah masak bertekstur lembut.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Malvaceae

Nama latin : *Durio dulcis* Becc.



Pohon, tinggi hingga 45 m. garis tengah mencapai 80 cm. Tumbuh liar di hutan Dipterokarp lahan pamah. **Endemik Borneo**. Banir tinggi sampai 4 m, lebar 1,2 m, cekung. Kulit batang berlekah dangkal, kasar, hampir mengelupas dalam kepingan segi empat kecil, coklat merah tua, tebal 1-5 mm, kulit dalam tebal 10-25 mm, coklat merah pucat hingga coklat merah tua berbintik putih. Kayu gubal putih bersemu merah pucat, tebal sampai 12 mm. Ranting bersegi, bersisik kecil coklat. Daun menjorong hampir menjorong sungsang, panjang 7-15 cm, lebar 3-7,5 cm, pangkal hampir meruncing, ujung melancip hingga 5 mm, permukaan atas daun gundul mengkilap, permukaan bawah bersisik, tepi daun rata, tulang daun sekunder 11-14 pasang, jelas tampak terlihat dari bawah daun. Bunga berukuran sedang, panjang 3-4,5 cm, berkelompok, kelopak tambahan membelah jadi 2 cuping, kelopak bercuping 3-5, daun mahkota 5, merah jambu, kepala sari mengginjal, bercelah, kepala putik gundul. Buah merah cokelat tua, membulat, garis tengah 15-22 cm, duri panjang hingga 4 cm, langsing, bila masak jatuh tidak terbuka, wangi khas dan keras. Biji coklat mengkilap, aril berwarna kuning tipis enak dimakan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak dimakan arilnya, diperdagangkan orang bila pada musimnya.
- Bila masak bubur kacang/kolak, masukan daging + bijinya. Jadi rasa khas lahung.
- Biji bisa direbus, dinginkan, kupas kulitnya, makan daging biji tersebut.

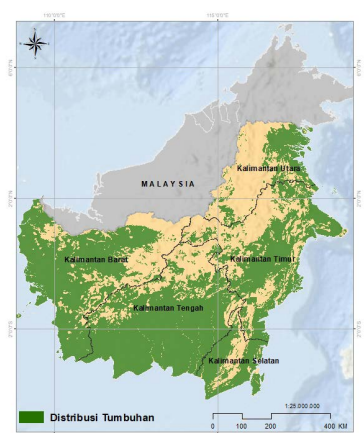
Nama daerah:

Lahung (Melayu, D. Kedori), **Empaci** (D. Seberuang), **Gerinang** (D. Iban), **Temeranau** (D. Mentebah), **Dian bala** (D. Kenyah), **Kusi** (D. Tomun).

Gbr.082, Panen buah yang jatuh di lantai hutan.

Gbr.083, Buah masak, aril warna kuning bagian yang dimakan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Durio dulcis*



Famili/Suku : Malvaceae

Nama latin : *Durio kutejensis* (Hassk.) Becc.



Pohon, tinggi hingga 25 m. Garis tengah sampai 40 cm. Banir tidak ada. Habitat asli di kaki perbukitan Kalimantan, dibudidayakan masyarakat. **Endemik**

Borneo. Kulit batang retak-retak kasar dan bersisik, coklat abu-abu. Ranting menyilinder, tertutup rapat

oleh sisik kecil coklat. Penumpu panjang 1-1,5 cm, melanset. Daun menjorong, panjang 20-35 cm, lebar 6-12 cm, pangkal daun membundar, ujung meruncing panjang 2,5 cm, permukaan atas daun gundul mengkilap, permukaan bawah bersisik coklat keemasan, tepi daun rata, tulang daun sekunder 14-18 pasang, jelas tampak terlihat dari bawah daun. Bunga berukuran besar, panjang sampai 10 cm, berkelompok, kelopak tambahan membelah jadi 2 cuping, kelopak bergigi 5, daun mahkota 5, merah-daging, benang sari bertangkai merah, kepala sari mengginjal, bercelah, bakal buah membulat telur, tertutup sisik tersusun rapat, mendadak menyempit menjadi tangkai putik berbulu bintang, kepala putik gundul. Buah kuning kusam, ada yang menjorong, ada yang membulat, ada yang berlekuk, garis tengah 10-20 cm, berongga 5, duri panjang hingga 1,5 cm, bentuk pyramid tajam. Biji coklat mengkilap, salut biji berwarna kuning, manis, harum, tebal, enak di makan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah dimakan arilnya, diperdagangkan besar-besaran bila musimnya.
- Daging buah yang tua bisa dimasak kolak, campur kacang ijo, labu merah/pisang.
- Biji bisa direbus, beri garam, dinginkan, kupas kulitnya, makan daging biji tersebut.

Nama daerah:

Lai, Papaken (Banjar), **Empakan** (D. Seberuang, D. Mentebah), **Pakan** (D. Katingan), **Dian lei** (D. Kenyah), **Nyekak** (D. Iban), **Popa'an, Pakon** (D. Tomun, D. Kedor).

Gbr.084, Setangkai dahan yang sedang berbunga.

Gbr.085, Buah tua masih melekat pada dahan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Durio kutejensis*



Famili/Suku : Malvaceae

Nama latin : *Durio lanceolatus* Mast.



Pohon, tinggi hingga 50 m. Garis tengah sampai 80 cm. Habitat asli di lahan berpasir, di hutan Dipterokarp. **Endemik Borneo.** Banir tinggi sampai 3 m, lebar 1,5 m. Kulit batang retak-retak kasar dan berlekah dalam, lajur tidak beraturan, lebar 3-5 cm, coklat tua. Kulit dalam merah daging tua, menyerabut, tebal 10-15 mm. Ranting menyilinder, tertutup rapat oleh sisik kecil coklat. Daun melanset, panjang 6-12 cm, lebar 1,5-3,5 cm, mengertas, pangkal daun membaji, ujung melancip, permukaan atas daun gundul, kusam, permukaan bawah tertutup sisik coklat tembaga, tepi daun rata, tulang daun sekunder 7-10 pasang. Tangkai daun bengkok separuh. Bunga berukuran sedang, panjang sampai 3 cm, berkelompok, kelopak tambahan membelah jadi 2 atau 3 cuping, kelopak bergigi 5, daun mahkota 5, kuning pucat, benang sari bertangkai merah, kepala sari mengginjal, bercelah, bakal buah membulat telur, tertutup sisik tersusun rapat, mendadak menyempit menjadi tangkai putik berbulu bintang jarang, kepala putik gundul. Buah kuning kusam, membulat, garis tengah 7-12 cm, berongga 5, duri panjang hingga 6 mm, bentuk pyramid tajam. Biji hitam mengkilap, salut biji tipis berwarna kuning-merah, tidak begitu manis, juga tidak terlalu wangi, dimakan. Berkembang biak dengan biji

Cara penggunaan:

- Buahnya dimakan arilnya, karena kecil tidak diperdagangkan.
- Biji bisa direbus, dinginkan, kupas kulitnya, makan daging biji tersebut.

Nama daerah:

Durian enggang (Melayu), **Empakan tingang** (D. Mentebah), **Paken** (D. Kedori), **Serawak** (D. Katingan), **Dian tuning** (D. Kenyah), **Isu** (D. Iban), **Sarawak**, **Sedawak** (D. Tomun).

Gbr.086, Sekumpulan buah pada pohon.

Gbr.087, Sekumpulan buah masak yang sudah jatuh di lantai hutan.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Durio lanceolatus***



Famili/Suku : Malvaceae

Nama latin : *Durio zibethinus* Murray.



Pohon, tinggi hingga 35 m. Garis tengah sampai 80 cm. Banir curam. Dibudidayakan di seluruh Malesia kecuali Niugini. Kulit batang sangat kasar dan mengelupas tidak beraturan lalu mengeripih kecil-kecil, coklat tua abu-abu. Kulit dalam merah tua, menyerabut. Kayu gubal merah jambu pucat, teras merah tua. Ranting kebanyakan silinder, tertutup rapat oleh sisik kecil coklat. Penumpu menyabit panjang hingga 10 mm, cepat rontok. Daun menjorong hampir melanset, panjang 10-15 cm, lebar 3-5 cm, mengertass, pangkal daun meruncing, ujung melancip, permukaan atas daun gundul, permukaan bawah daun tertutup rapat oleh sisik perak keemasan, tulang daun sekunder 12-16 pasang, jelas tampak terlihat dari bawah

daun. Bunga berukuran sedang, panjang sampai 5 cm, berkelompok, kelopak tambahan membelah jadi 2 atau 3 cuping, kelopak bergigi 5, daun mahkota 5, putih atau krem pucat, benang sari menyatu dalam 5 berkas menyempit ke arah pangkal, warna putih, kepala sari mengginjal, bakal buah membulat. Buah hijau bersiar kuning-kuning pucat, membulat ada juga melonjong, buah jenis ini banyak sekali variasinya, berongga 4-6, duri panjang hingga 1-2 cm, bentuk pyramid lebar. Biji coklat mengkilap, salut biji berwarna putih hingga kuning tua, manis, harum, ada yang tebal ada juga yang tipis, enak dimakan. Perbedaan dari segi bentuk, ukuran, rasa, dan sebagainya bahkan sekarang beragam dari hasil budidaya sistem okulasi, walaupun mudah Berkembang biak dengan biji. Varietas lain dari Durian yang terkecil hanya berdiameter 12 cm. (Durian sahang).

Cara penggunaan:

- Buah bagian arilnya yang dimakan. Diperdagangkan secara besar-besaran.
- Daging buah untuk campuran kolak, minuman, kue-kue, untuk rasa khas durian.
- Biji bisa direbus, dinginkan, kupas kulitnya, makan daging biji tersebut.
- Kayunya juga dimanfaatkan untuk bahan perumahan, tapi mutu kurang baik.

Nama daerah:

Durian, Durian (untuk semua suku), **Duhjan** (D. Kedori), **Dian** (D. Kenyah), **Durin, Durif, Duwin** (D. Tomun).

Gbr.090, Bunga durian yang sedang mekar.
Gbr.091, Buah muda masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Durio zibethinus*



Famili/Suku : **Malvaceae**

Nama latin : ***Microcos cinnamomifolia*** Burret



Pohon kecil hingga sedang, tinggi sampai 18 m, garis tengah bisa 25 cm. Tumbuh liar di hutan primer tua hingga hutan sekunder, di dataran rendah atau berair. Kulit batang berwarna keabu-abuan hingga kecoklatan, permukaan licin, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Daun tunggal, selang-seling, ujung meruncing, pangkal membaji tumpul, lebar daun dewasa 2-6 cm. panjang 5-12 cm, tulang daun 3 sejajar pada pangkal.

Pembungaan muncul dari ketiak daun muda hingga ujung ranting. Buah membulat telur atau kebanyakan kerucut, berdiameter 0,5-1 cm, kulit buah licin, warna kulit hijau berubah kuning ada yang kemerahan bila masak, biji terbalut sabut berair. Di hutan Kalimantan banyak sekali spesies yang lain, bahkan ada satu jenis endemik (***Micocos crassifolia*** Burret). Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak digigit-gigit, airnya dihisap rasa manis-manis asam.

Nama daerah:

Buah sabut (Banjar), **Kesumpit** (D. Seberuang), **Sumpit** (D. Mentebah), **Mintun** (D. Kantu), **Pelimping damek** (D. Katingan), **Lepesung** (D. Kenyah), **Bunsi** (D. Iban), **Pimping damak** (D. Tomun), **Kelipiting buhis** (D. Kedori).

Gbr.092, Sekelompok buah masak di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Malvaceae

Nama latin : *Microcos tomentosa* Sm.



Pohon kecil hingga sedang, tinggi sampai 12 m, garis tengah bisa 25 cm. Tumbuh liar di hutan primer tua hingga hutan sekunder. Kulit batang berwarna keabu-abuan hingga kecoklatan, permukaan licin, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Ranting muda hingga daun berbulu halus. Daun tunggal, berseling, ujung meruncing, pangkal membaji tumpul, lebar daun dewasa 5-9 cm, panjang 10-18 cm, tulang daun 5-8 pasang, di pangkal sejajar. Perbungaan muncul dari ketiak bekas daun sudah jatuh. Buah membulat telur atau kebanyakan kerucut, berdiameter 0,8-1,5 cm, kulit buah licin, warna kulit hijau berubah kuning lalu kemerahan bila masak, biji terbalut sabut berair. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak digigit-gigit, Airnya dihisap rasa manis-manis asam.

Nama daerah:

Buah sabut (Banjar), **Kesumpit** (D. Seberuang), **Sumpit** (D. Mentebah), **Mintun** (D. Kantu), **Pelimping damek** (D. Katingan), **Lepesung** (D. Kenyah), **Bunsi** (D. Iban), **Pimping damak** (D. Tomun), **Kelipiting buhis** (D. Kedori).

Gbr.093, Buah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Melastomataceae
Nama latin : *Bellucia pentamera* Naudin



Pohon kecil sampai sedang, diameter batang 3-25 cm, tinggi 2-15 m. Tumbuhan ini masih kecil sudah bisa berbuah. Sering dijumpai di hutan sekunder, bekas ladang atau terbuka. Daun tunggal berhadapan, urat daun tiga sampai ke ujung daun, pangkal daun membaji, ujung lancip. Tangkai daun 2-6 cm. Ranting muda kebanyakan persegi. Jenis ini tumbuh merata hampir di setiap lokasi, terutama di tempat sedikit kering (berbukit). Bunga dan buah tidak bermusim, bunga kuncup merah muda, setelah mekar berubah putih lalu menjadi ungu kecoklatan, lalu rontok atau jatuh. Buah masak kekuningan, lembut, terasa asam-manis, sedikit berair, berbiji banyak tidak terhitung. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan semuanya.

Nama daerah:

Horakuang (D. Kedori), **Jambu moyet** (Melayu, D. Mentebah, D. Katingan), **Jambu kerak** (D. Iban), **Pi'a Ba'i** (D. Kenyah), **Jambu baling** (D. Tomun).

Gbr.094, Bunga mekar.
Gbr.095, Buah muda dan tua.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : **Melastomataceae**

Nama latin : ***Melastoma malabathricum* L.**



Pohon kecil atau perdu, sering dijumpai tinggi hanya sekitar 1-5 m, tumbuh subur di lahan bekas bukaan ladang. Daun tunggal berhadapan, melonjong, lebar 3-5 cm, panjang 6-12 cm. Urat daun 5, berbulu halus jika diraba. Perbungaan di ujung ranting, mahkota merah-ungu. Buah berukuran sekitar 1 cm, kecoklatan, pecah ketika masak, daging buah hitam sedikit berair, rasa manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Batang sering dijadikan turus tanaman palawija seperti; kacang, timun, dsb.
- Buah yang sudah masak biasanya pecah, bijinya yang hitam bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Karamunting (Banjar, D. Katingan), **Keremunting** (D. Mentebah), **Keremung'at** (D. Kantu), **Jemutin** (D. Kenyah), **Kemunting** (D. Iban), **Karamuntik** (D. Tomun).

Gbr.096, Bunga yang sedang mekar.

Gbr.097, Buah masak terbuka sendiri dan daging buah berwarna hitam.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Meliaceae
Nama latin : *Aglaia* sp.



Tumbuhan ini merupakan pohon kecil hingga sedang, hidup liar biasa tumbuh di tepian sungai, tinggi mencapai 20 m, garis tengah hingga 30 cm. Kulit permukaan kelihatan licin, warna abu-abu berbercak hijau. Kulit dalam kekuningan, kayu gubal keputihan hingga coklat pucat. Getah putih. Daun lonjong atau jorong, panjang 45 cm, dengan anak daun 7-13, panjang 7-22 cm, lebar 2,5-6,5 cm. Bunga; daun mahkota 5, tabung benang sari berbentuk mangkuk, benang sari berjumlah 5. Buah hampir membulat hingga meng-avokad, garis tengah $\pm 2,5$ cm, beruang 1 atau 2, tiap ruang berisi 1 biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak dibuka kulitnya, makan aril yang berwarna bening.

Nama daerah:

Bunau (Dayak punan), **Kelembunyau** (D. Kenyah), **Bakau** (D. Kedori), **Bunyau** (D. Tomun).

Gbr.098, Buah masak hasil panen.

Gbr.099, Buah tua masih menggantung di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Meliaceae

Nama latin : *Lansium domesticum* Correa



Pohon tinggi sampai 8-27 m, diameter 10-40 cm. Sering dijumpai di hutan primer, namun yang di hutan kulit buah lebih tebal, cenderung biji banyak yang besar. Banir menjalar dan batang berlekuk. Kulit sedikit abu-abu, kulit

dalam agak keputihan, getah putih sedikit. Daun majemuk menyirip ganjil, anak daun 5-9 helai, panjang 10-19 cm, lebar 5-8 cm. pangkal tangkai daun berparit, tulang daun sekunder 9-13 pasang. Buah dan bunga biasa keluar pada batang, dahan dan ranting (*cauliflorous & ramiflorous*). Seluruh bagian tumbuhan ini terasa pahit, terkecuali aril buahnya manis-asam. Memperbanyak tumbuhan ini dengan cara biji. Namun yang di kampung sudah banyak dari hasil okulasi.

Cara penggunaan:

- Daging buahnya yang dimakan.
- Kulit batang dan akar sebagai obat tradisional penyakit malaria.

Nama daerah:

Lansat (Banjar, Melayu, D. Kahayan, D. Katingan), **Lensat** (D. Mentebah, D. Kantu), **Lesat** (D. Kenyah), **Lihat** (D. Kedor), **Lonsat** (D. Tomun).

Gbr.100, Buah masak.

Gbr.101, Pangkal batang yang berlekuk.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Meliaceae

Nama latin : *Sandoricum koetjape* (Burm.f.) Merr.



Pohon tinggi mencapai 35 m, garis tengah sampai 60 cm. Tersebar di hutan, rasanya asam, kecuali yang dibudidayakan di pekarangan rumah atau kebun. Kulit batang coklat keputihan, permukaan

halus, bagian dalam keputihan, kayu gubal putih. Daun majemuk menjari tiga, anak daun membundar, panjang 3-15 cm, lebar 2,5-13 cm, duduknya spiral, pangkal anak daun membulat hingga membaji, ujung melancip, tulang daun sekunder 9-13 pasang, tangkai daun 4-10 cm. Buah beruang 3, garis tengah 4-6 cm, kulit buah licin, bila masak berwarna kuning, aril menutup biji dengan kuat, keputihan, rasa manis bila dimakan. Namun di hutan ada yang sedikit lebih besar dengan rasa yang sangat asam. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan arilnya.

Nama daerah:

Ketapi suntul (Banjar), **Bunyau** (D. Tomun).

Gbr.102, Buah masih mentah di pohon.

Gbr.103, Buah masak yang sudah jatuh.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Menispermaceae

Nama latin : *Haematocarpus subpeltatus* Merr.



Jenis tumbuhan menjalar yang tumbuh subur di hutan sekunder muda hingga hutan primer yang bersemak. Daun tunggal tangkai daun 3-5 cm. Batang dan daun mengkilap seperti plastik, warna hijau tua. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daun segar atau yang sudah dikeringkan dicuci bersih, (1-5 lembar menurut banyak bahan yang dimasak) lalu masukkan ke dalam masakan yang sedang kita masak (sayur, daging, ikan, ayam) fungsinya sebagai peyedap masakan.
- Bisa juga ditumbuk halus dengan daun singkong, lalu dimasak tumis.

Nama daerah:

Daun peksin (Banjar), **Tubuk** (D. Iban), **Sengkubak, Sengkai** (D. Mentebah), **Songkai** (D. Kahayan, D. Katingan), **Mekai** (D. Kenyah), **Sangkuba** (D. Tomun), **Sokai** (D. Kedor).

Gbr.104, Setangkai daun tubuk yang segar.

Gbr.105, Daun tubuk yang baru dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus anisophyllus* Miq.



Pohon tinggi bisa 30 m. garis tengah bisa 60 cm. Banir tinggi hingga 2,5 m. Tumbuh liar di hutan primer dan sekunder di lahan pamah. Kulit batang berwarna abu-abu tua sampai hitam, permukaan halus hingga bopeng, bagian dalam coklat kuning. Kayu gubal kuning pucat. Bergetah putih. Stipul berbulu, panjang 2,5-10 cm. Daun majemuk, sepasang anak daun kecil berseling dengan daun anak besar, jumlahnya 25-31 helai, seluruh helai daun luruh bersama, anak daun menjorong, yang kecil 2x4 cm, sedang yang besar 7-12 x 20-30 cm, tiap-tiap ujung anak daun meruncing. Bongkol bunga di ranting berdaun. Tangkai buah panjang \pm 15-32 cm. Bunga jantan dan betina biasanya bersamaan pada ketiak yang sama, bongkol bunga jantan panjang 2x8 cm, bongkol bunga betina membulat 7-10 x 10-13 cm. Buah berdiameter 16-20 cm. berduri tebal tumpul. Biji tertutup aril berwarna jingga hingga merah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak arilnya warna jingga dapat langsung dimakan.
- Bijinya digoreng seperti kacang tanah, tiriskan lalu dimakan.

Nama daerah:

Bintawa (Melayu), **Puan** (D. Seberuang, D. Kedori), **Pintau** (D. Mentebah), **Mentawa** (D. Katingan, D. Iban, D. Tomun), **Kian** (D. Kenyah).

Gbr.106, Buah masih di pohon.

Gbr.107, Bagian dalam buah masak yang terbuka dengan aril berwarna orange.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus dadah* Miq.



Pohon sedang hingga besar, bisa tinggi hingga 30 m. garis tengah bisa 80 cm. Tumbuh liar di hutan primer tua hingga sekunder. Jenis ini ada yang mirip, namun aril buahnya berwarna kuning (*Artocarpus nitidus* Miq.) rasa dan kegunaannya sama, namun sedikit lebih kecil baik buahnya maupun daunnya. Kulit batang berwarna keabu-abuan hingga coklat kehitaman, permukaan retak-retak kecil, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Bergetah putih. Stipul bungkus panjang 0,5 cm. Daun tunggal, ujung meruncing, pangkal membaji tumpul, lebar daun dewasa 4-8 cm. panjang 7-22 cm, tulang daun sekunder 14-17 pasang, tersier menjala, Perbungaan muncul dari ketiak daun, tangkai buah panjang rata-rata 3 cm. berdiameter 0,5 cm, kulit buah licin, warna kulit hijau berubah kuning bila masak akan jatuh, biji banyak, aril (mandai) kemerahan, rasa asam-manis. Garis tengah buah bisa 2-6 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa dimakan langsung, namun sangat asam.
- Buah yang masak bisa sebagai ganti asam kamal, cocok untuk asam sambal ikan bakar dan lainnya.

Nama daerah:

Tapang (D. Kedor), **Tampang merah** (Banjar, Melayu), **Dadah** (D. Mentebah), **Dada** (D. Tomun).

Gbr.108, Buah muda masih di pohon.

Gbr.109, Buah masak yang jatuh ke lantai hutan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus elasticus* Reinw. ex Blume



Pohon tinggi bisa 40 m, garis tengah bisa 90 cm. Kulit batang berwarna keabu-abuan, permukaan rata sedikit bergelang, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Bergetah putih. Stipul bungkus panjang 7-15 cm, kasar jika diraba. Daun melebar kadang berkarang tiap-tiap ujung meruncing, lebar daun dewasa berdiameter 15-30 cm, panjang 30-50 cm. Bongkol bunga di ranting berdaun. Tangkai buah panjang 3-7 cm, berdiameter 1-2 cm, kulit buah berduri-duri lunak, warna kulit kuning, biji banyak, aril putih, enak dimakan dan wangi khas. Garis tengah buah 20-25 cm. Biasanya hidup liar di hutan primer maupun sekunder. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang masak di pohon, arilnya juga bisa langsung dimakan.
- Lalu bijinya juga bisa digoreng seperti kacang tanah.
- Buah mentah dikupas dari kulitnya yang berbulu dibelah-belah hingga menjadi 8-12 irisan tipis, cuci hilangkan getahnya. Rendam dengan air garam (ini bisa bertahan sampai 6 bulan=*mandai terap*). Bila ingin dimakan, goreng dengan minyak, tiriskan. Hangat-hangat kuku enak dimakan dengan nasi dan sambal.

Nama daerah:

Terap, Tarap (Banjar), **Punang** (D. Seberuang), **Lumuk** (D. Iban), **Kepua** (D. Mentebah), **Pilang** (D. Kedori), **Ta`ap** (D. Kenyah), **Luntat, Torap** (D. Tomun).

Gbr.110, Buah muda masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus integer* (Thunb.) Merr.



Jenis ini sudah banyak dibudidayakan masyarakat, namun di hutan Kalimantan tersebar di mana-mana. Pohon tinggi bisa mencapai 35 m, garis tengah sampai 90 cm. Kulit batang berwarna coklat keabu-abuan, permukaan rata sedikit bergelang, banyak benjolan bekas tangkai buah, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Bergetah putih. Stipul bungkus panjang 3-5 cm, kasar jika diraba. Lebar daun dewasa 5-7 cm, panjang 6-18 cm. Bongkol bunga pada batang hingga dahan. Buah bergaris tengah buah 8-13 cm, panjang 15-30 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang masak di pohon arilnya juga bisa langsung dimakan.
- Bijinya dicuci bersih lalu rebus, beri sedikit garam, bila masak tiriskan lalu makan.
- Kulit buah yang sudah masak dikupas bagian luar, sisakan bagian dalam (mandai), direndam dengan air garam (bisa sampai 4 bulan) tiriskan lalu goreng dengan minyak seperti goreng ikan. Tiriskan, sajikan dimakan dengan nasi dan sambal.
- Buah muda biasanya dibakar dengan kulitnya, setelah masak kupas kulit yang gosong tersebut, bagian dalam potong-potong dijadikan lalapan.
- Buah muda dikupas, dipotong-potong dahulu, cuci lalu rebus hingga masak. Juga sajikan sebagai lalapan atau potongan tersebut disayur atau dimasak lodeh.

Nama daerah:

Cempedak (Banjar), **Tebedak** (D. Mentebah), **Makahai** (D. Kedori), **Mengkahai** (D. Katingan), **Nakan** (D. Kenyah), **Bukuh** (D. Iban), **Taboda** (D. Tomun).

Gbr.111, Buah masih muda di pohon

Gbr.112, Bagian dalam kulit yang sudah dikupas dan siap untuk masak.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus lanceifolius* Roxb.



Pohon tinggi bisa 30 m, garis tengah bisa 35 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder, namun sering di kebun maupun di pekarangan rumah. Kulit batang berwarna coklat abu-abu hingga kehitaman, permukaan rata sedikit bergelang, bagian dalam putih sampai kuning pucat. Bergetah putih. Stipul bungkus panjang 8 cm, berbulu halus coklat. Daun tunggal, panjang 8-28 cm, lebar daun 3-15 cm. Bongkol bunga di ranting berdaun. Tangkai buah panjang 3-7 cm, berdiameter 1-2 cm. Kulit buah berduri-duri, warna kulit buah masak kuning, biji banyak, aril jingga, enak dimakan dan wangi. Garis tengah buah 16-23 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril buah masak bisa langsung dimakan, keluarkan bijinya.
- Bijinya dicuci bersih lalu goreng seperti kacang tanah, tiriskan lalu makan.

Nama daerah:

Bakin (D. Kenyah), **Dongin** (D. Kedor), **Koledang** (Banjar, Melayu), **Mentawa lem** (D. Kahayan, D. Katingan), **Palamusuh** (D. Iban), **Torap** (D. Tomun).

Gbr.113, Buah yang masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus odoratissimus* Blanco



Pohon tinggi 5 m hingga sampai 30 m, garis tengah bisa 20-60 cm. Tumbuh liar dalam hutan primer dan sekunder di lahan pamah, banyak dipelihara oleh masyarakat di pekarangan rumah atau kebun. Kulit batang berwarna abu-abu tua sampai keputihan, permukaan halus hingga bopeng, bagian dalam coklat kuning. Kayu gubal kuning pucat. Bergetah putih melimpah. Stipul bungkus berbulu halus merata kecoklatan, panjang 5-15 cm. Daun tunggal melebar bulat telur terbalik, tepi rata, 12-23 x 20-32 cm, tangkai buah panjang 10-18 cm. Bongkol bunga di ketiak daun dekat ujung. Bunga jantan dan betina biasanya bersamaan pada ketiak yang sama, bongkol bunga jantan panjang 2x5-8 cm, bongkol bunga betina membulat 12-17 x 15-20 cm. Buah berdiameter 15-22 cm, kulit buah berduri tebal tumpul. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril buah masak warna putih bisa langsung dimakan, buang bijinya.
- Bijinya dicuci bersih lalu goreng seperti kacang tanah, tiriskan lalu makan.

Nama daerah:

Koroṭ (D. Kedori), **Pehingan** (D. Mentebah), **Pingan** (D. Iban), **Pilang** (D. Katingan), **Ta'ap** (D. Kenyah), **Luntap** (D. Tomun).

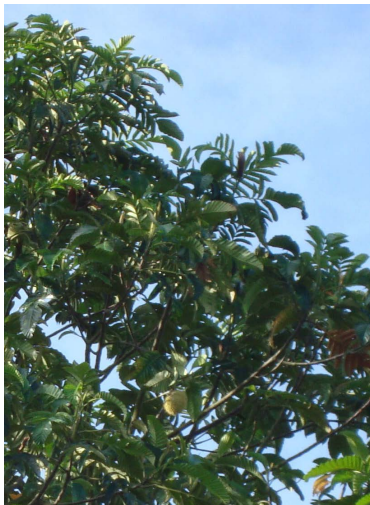
Gbr.114, Buah muda masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Artocarpus tamaran* Becc.



Pohon tinggi bisa 30 m, garis tengah bisa 60 cm. Banir tinggi hingga 2,5 m. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder di lahan pamah. Kulit batang berwarna abu-abu tua sampai hitam, permukaan halus hingga bopeng, bagian dalam coklat kuning. Kayu gubal kuning pucat. Bergetah putih melimpah. Stipul bungkus berbulu halus merata kecoklatan, panjang 5–12 cm. Daun dalam satu pohon bisa dua macam (berkarang dan tunggal melebar); daun yang berkarang sepasang anak daun kecil berseling dengan anak daun besar persis daun *Artocarpus anisophyllus* namun lebih kecil dan pendek, jumlah anak daun sekitar 11-26 helai saja, seluruh helai daun luruh bersama, anak daun menjorong, yang kecil 2-5 x 5-10 cm, sedang yang besar 6-9 x 12-20 cm, tiap-tiap ujung anak daun meruncing. Daun yang tunggal melebar bulat telur terbalik, bertepi rata, 16-23 x 24-27 cm. Tangkai buah panjang 8-15 cm. Bongkol bunga di ketiak daun. Bunga jantan dan betina biasanya bersamaan pada ketiak yang sama, bongkol bunga jantan panjang 2 x 5-8 cm, bongkol bunga betina membulat 7-10 x 10-13 cm. Buah berdiameter 10-15 cm, kulit buah berduri lembut mudah patah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril buah masak warna putih bisa langsung dimakan, buang bijinya.
- Bijinya dicuci bersih lalu goreng seperti kacang tanah, tiriskan lalu makan.
- Ada yang bilang buah mentah bisa diolah seperti *Artocarpus elasticus*.
- Kulit batang untuk tali amben, juga baju adat.

Nama daerah:

Terap daun dua (Banjar), **Punang** (Dayak Seberuang), **Ta`ap** (D. Kenyah), **Tekalung** (D. Iban), **Torap**, **Mentawa cina** (D. Tomun), **Tilang** (D. Kedori).

Gbr.115, Penampakan buah yang masih di atas pohon.

Gbr.116, Buah yang sudah jatuh.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae
Nama latin : *Ficus obscura* Blume



Pohon kecil hingga sedang, tinggi bisa 20 m, garis tengah 25 cm. Hidup liar dengan baik di hutan bekas terbakar, sekunder hingga primer. Kulit batang kecoklatan hingga keabuan, bergelang, halus hingga bersisik, berlentisel. Getah putih. Perakaran menggantung lalu menjalar di permukaan tanah. Tangkai daun pendek 1-2 cm. Daun berbulu halus keseluruhan, menjorong, panjang 7-60 cm, lebar 5-20 cm, pangkal daun menjantung sangat tidak

simetris, ujung melancip, tepi daun bergerigi, bawah daun sedikit keputihan, tulang daun sekunder 3-13 pasang. Stipul membungkus, panjang ± 3 cm. Pembuahan di akar menggantung hingga di permukaan tanah. Buah membundar tidak rata, diameter 3-4 cm, bersisik, putih kehijauan, bila masak berubah merah-kecoklatan. Berkembang biak dengan biji, juga tumbuh tunas dari akar yang terputus.

Cara penggunaan:

- Biji buahnya yang masak berair, rasa manis-asam.

Nama daerah:

Ara buah akar (Banjar), **Abung** (D. Kenyah), **Maning** (D. Kedori), **Timau**, **Entimau** (D. Mentebah, D. Katingan, D. Tomun).

Gbr.117, Buah yang muncul pada akar di pangkal batang.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Moraceae

Nama latin : *Ficus variegata* Blume



Jenis tumbuhan pohon di semak belukar ini sangat dominan di tempat-tempat yang dekat dengan sumber air, apalagi lahan setelah berladang. Jenis ini ada dua variasi warna dari daun mudanya. Ada yang warna merah kecoklatan ada juga yang hijau muda. Keduanya bisa digunakan, namun yang warna merah lebih keras rasa sepatnya. Sayur daun ini sangat dianjurkan bagi ibu-ibu yang baru melahirkan, konon untuk menambah energi dan air susu ibu. Berkembang biak dengan mudah dari akar yang terluka, walaupun terluka hanya terinjak oleh binatang besar, Babi, Rusa dan sebagainya.

Cara penggunaan:

- Daun muda, dicuci bersih, bisa sebagai bahan sayur asam, bening, lalapan atau tumis.
- Buah muda yang ada dibatangnya juga bisa dimakan sebagai pencok.

Nama daerah:

Ara (D. Iban), **Engkendang, Kendang** (D. Mentebah), **Karison** (D. Katingan), **Lumuk opan** (D. Kedor), **Gembah** (D. Kahayan), **Kelekedang** (Melayu), **Kondang** (D. Tomun).

Gbr.118, Serumpun daun *ficus* di alam.

Gbr.119, Daun muda sudah dikumpul.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Musaceae

Nama latin : *Musa campestris* Becc.



Tumbuhan ini tersebar hampir di seluruh lapisan hutan. Apalagi setelah hutan tersebut habis dibuka, baik untuk ladang maupun bekas bukaan jalan alat-alat berat, sehingga sangat mudah dijumpai. Namun banyak sekali ragam jenis-nya. Berkembang biak dengan secara vegetatif alami, yaitu dengan tunas adventif yang berasal dari akar rimpang juga dengan bijinya.

Cara penggunaan:

- Batang pisang yang sedang mau keluar bunganya (bunting) di potong, Lalu pelepahnya di kupas hingga sampai pada bakal cuncup bunganya. Ambil dengan batang tengahnya (ampulurnya) yang muda, lalu di iris-iris kecil. Cuci bersih, enak di sayur asam atau sayur santan.
- Tungkol (jantung)-nya yang tua (seperti photo di atas) juga bisa untuk di sayur, atau di rebus sebagai lalapan, dimakan dengan nasi + sambel.

Nama daerah:

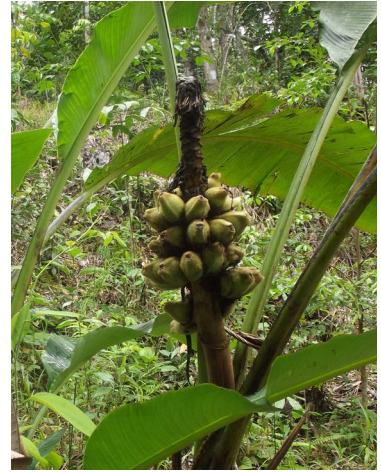
Awai (D.Kahayan, D.Katingan, D.Kedori), **Pisang hutan** (Banjar, Melayu), **Enkadan** (D.Mentebah), **Peti leben** (D.Kenyah), **Pisang kadan** (D.Iban), **Pangkarat**, **Pangkadat** (D.Tomun).

Gbr.120, Pisang hutan yang sedang berbuah.
Gbr.121, Empulur tengah yang baru dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Musaceae
Nama latin : Musa sp.



Tumbuhan ini tersebar hampir di seluruh lapisan hutan. Apalagi setelah hutan tersebut habis dibuka, baik untuk ladang maupun bekas bukaan jalan alat-alat berat, sehingga sangat mudah dijumpai. Namun banyak sekali ragam jenisnya. Berkembang biak dengan secara vegetatif alami, yaitu dengan tunas adventif yang berasal dari akar rimpang juga dengan bijinya.

Cara penggunaan:

- Batang pisang yang sedang mau keluar bunganya (bunting) dipotong, lalu pelepahannya dikupas hingga sampai bakal kuncup bunganya. Ambil dengan batang tengahnya (empulurnya) yang muda, lalu diiris-iris kecil. Cuci bersih, enak disayur asam atau sayur santan, biasa juga dicampur dengan ayam atau daging.
- Tungkol (jantung) yang tua (seperti foto di atas) juga bisa disayur, atau direbus sebagai lalapan, dimakan dengan nasi + sambal.
- Buah yang masak di pohon juga bisa langsung dimakan, namun banyak sekali bijinya.

Nama daerah:

Pinat (D. Katingan, D. Kahayan), **Pisang babulu** (Banjar), **Gentuk** (D. Iban, D. Mentebah), **Peti jangin** (D. Kenyah), **Sanggih** (D. Tomun), **Sangeh** (D. Kedor).

Gbr.122, Pisang hutan yang sedang berbunga.

Gbr.123, Buah pisang hutan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Myrtaceae

Nama latin : *Rhodomyrtus tomentosa* (Aiton) Hassk.



Pohon kecil atau perdu, sering dijumpai tinggi hanya sekitar 0,5-3 m, tumbuh subur di lahan kerangas, atau berpasir, namun sering juga kita jumpai di lahan kritis bekas bukaan jalan atau bekas lapangan terbuka. Daun tunggal berhadapan, melonjong, lebar 2-4 cm, panjang 5-8 cm. Urat daun 3, bawah daun sedikit keputihan. Perbungaan pada ketiak-ketiak daun bagian ujung, mahkota merah-ungu berubah keputihan lalu rontok. Buah rata-rata 1 cm, hijau berubah merah kehitaman ketika masak, biji hitam. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak dapat langsung dimakan.

Nama daerah:

Karamunting jawa (Banjar), **Karamunting** (D. Katingan), **Jemuting** (D. Kenyah).

Gbr.124, Kuncup dan bunga mekar karamunting jawa.

Gbr.125, Buah masak berwarna kehitaman.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Rhodomyrtus tomentosa*



Famili/Suku : Myrtaceae

Nama latin : *Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.



Tumbuhan ini tergolong pohon sedang atau jenis tahunan, bisa mencapai 25 m tingginya. Hidup liar di hutan primer dan sekunder, terutama tepian sungai, dibudidayakan dan ditanam di pekarangan sebagai pohon pelindung, dan sebagai tanaman rempah. Tapi tidak setiap rumah memiliki tumbuhan ini. Buah hijau kemudian bila masak merah. Sifat & kandungan kimia yang sudah diketahui antara lain: Minyak atsiri (0,05%) mengandung sitral dan eugenol, tanin dan flavonoid. Tumbuhan ini wangi dan astrigen (rasa sepet). Perbanyakkan tanaman ini dengan biji, cangkok dan stek.

Cara penggunaan:

- Buah masak warna merah kehitaman bisa dimakan arilnya. Buang bijinya.
- Daun segar yang bersih 2-5 lembar (secukupnya) dimasukkan ke dalam masakan yang kita masak, baik sayur, masak ikan, atau masak daging.
- Daun juga bisa dijemur/dikeringkan dahulu, supaya bisa bertahan lama sebagai rempah, apabila mau digunakan baru dicuci masukkan ke dalam masakan tersebut saat baru mau mendidih.

Nama daerah:

Daun salam (Banjar, D. Kenyah), **Bungkang** (D. Seberuang, D. Iban), **Ubai** (D. Mentebah, D. Tomun), **Uweh** (D. Kahayan, D. Katingan), **Ruas** (D. Kedor).

Gbr.126, Bunga daun salam.

Gbr.127, Buah muda dan buah masak.

Gbr.128, Daun salam tua yang dikeringkan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Syzygium polyanthum*



Famili/Suku : Olacaceae

Nama latin : *Scorodocarpus borneensis* (Baill.) Becc.



Pohon besar bisa mencapai tinggi 25 m, dan berdiameter bisa 50 cm. Kulit luar retak-retak beralur, keabuan. Sering banyak dijumpai tunas-tunas baru pada batang (terubusan). Kulit dalam merah muda kadang kecoklatan, sangat keras, bau bawang, sampai

ke ranting dan daunnya bila dilukai. Daun tunggal, berseling, panjang 12-25 cm, lebar 8-12 cm membulat telur hingga menjorong, pangkal membulat hingga membaji tumpul, ujung lancip. Urat daun sekunder berjumlah 10-16. Tangkai daun panjang 2-3 cm, ada pembengkakan pada ujung. Buah berbiji tunggal, beralur, berdiameter sekitar 2-4 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Biji buah diiris-iris, lalu masukkan ke dalam masakan secukupnya, sebagai pengganti bawang. Bisa juga digunakan kulit kambium dari batang tersebut.
- Daun muda bisa disayur asam, bening, atau tumis.

Nama daerah:

Kayu bawang (Banjar), **Kesindu, Sindu** (D. Iban, D. Kantu, D. Mentebah), **Seru** (D. Kahayan, D. Katingan), **Ja'ui** (D. Kenyah), **Kulim** (D. Tomun), **Sodoru** (D. Kedori).

Gbr.129, Buah dan kulit batang.

Gbr.130, Daun muda yang dikumpulkan untuk sayur.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Scorodocarpus borneensis*



Famili/Suku : Ophioglossaceae

Nama latin : *Helminthostachys zeylanica* (L.) Hook.



Tumbuhan herba ini biasa tumbuh di dataran rendah yang kering, apa bila lahan tersebut setelah terbakar biasa muncul di permukaan tanah. Tinggi tidak lebih dari 35 cm. Biasa tunggal, namun ada juga yang berkelompok.

Cara penggunaan:

- Potong herba yang muda tersebut, lalu dicuci bersih. rajang atau potong-potong menurut selera, tumis dengan bumbu tumis. Sajikan dengan nasi putih.
- Akar tumbuhan ini sering juga dikumpulkan untuk keperluan herbal. Permintaan dari pasar luar negeri, seperti dari Taiwan dan China cukup tinggi.

Nama daerah:

Paku tunjuk langit (Melayu, D. Kenyah), **Paku manis** (D. Mentebah), **Paku hati** (D. Tomun), **Paku bakei** (D. Kedori).

Gbr.131, Paku tunjuk langit yang tumbuh di tanah lembab.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Oxalidaceae

Nama latin : *Sarcotheca diversifolia* (Miq.) Hallier f.



Pohon tinggi bisa mencapai 25 m, garis tengah bisa 40 cm. Tumbuh liar di hutan primer maupun sekunder. Batang sering berlekuk, kulit batang kecokelatan, permukaan halus hingga retak-retak. Daun majemuk, anak daun 1-3 helai, Membulat telur, pangkal bundar, kebanyakan tidak simetris, ujung lancip, panjang 6-14 x 3-7 cm, tepi daun rata. Daun tua warna kuning, daun yang masih muda/pucuk berwarna merah bisa dimakan sedikit asam. Perbungaan di ketiak daun agak tua, menjuntai hingga 2-6 cm. Buah hijau, garis tengah 2-3x3-5 cm. Berkembang biak dengan biji, namun di hutan banyak akar yang terluka tumbuh tunas baru.

Cara penggunaan:

- Buahnya sangat asam seperti belimbing wuluh.
- Daun yang masih muda/pucuk, dimakan rasanya seperti asam daun kedondong.

Nama daerah:

Belimbing tunjuk hutan (Banjar), **Asam piang** (D. Seberuang), **Pi`ah** (D. Kenyah), **Pria** (D. Iban).

Gbr.132, Pangkal batang pohonnya yang berlekuk.

Gbr.133, Seranting daun muda.

Gbr.134, Kumpulan daun tua.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Oxalidaceae

Nama latin : *Sarcotheca rubrinervis* Hallier f.



Pohon tinggi hingga 15 m, garis tengah 20 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder, bisa bertahan di lahan kritis. Kulit batang kecoklatan, permukaan halus hingga retak-retak. Daun tunggal, berseling, melancip, panjang 7-25x3-15 cm, pangkal daun membulat, ujung melancip, tepi daun rata, tangkai daun rata-rata 1-4 cm. Perbungaan di ketiak daun agak tua, menjuntai hingga 45 cm. Buah merah hingga merah kecoklatan, garis tengah 1-2 cm. Berkembang biak dengan biji, di alam akar yang terluka bisa tumbuh tunas.

Cara penggunaan:

- Buahnya rasanya sangat asam seperti belimbing wuluh, bisa langsung dimakan.
- Enak dimakan dengan nasi, sebagai penambah nafsu makan.

Nama daerah:

Belimbing rambai (Banjar), **Rebai** (D. Seberuang), **Rumbai** (D. Mentebah), **Karumbai** (D. Katingan), **Pria** (D. Iban), **Mayan**, **Ramayot** (D. Tomun).

Gbr.135, Buah belimbing rambai dalam malai panjang.

Gbr.136, Penampakan buah dari dekat.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Passifloraceae
Nama latin : *Passiflora foetida* L.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) yang bisa mencapai tinggi 3 m, biasa hanya menjalar di semak-semak saja. Daun tunggal berseling. Memiliki tendril (tali untuk berpegang di ketiak tangkai daun). Buah berkelambu, hijau bila masak orange, berdiameter ± 1 cm, berbiji banyak, tertutup aril lunak (lendir) bening, rasa manis. Secara keseluruhan tumbuhan ini berbulu. Berkembang biak dengan biji. Tumbuhan merambat ini memang penuh dengan bulu, bahkan bunga dan buahnya ditutupi dengan sarung yang berbulu (dikelubuti bulu atau rambut, maka itu disebut kelubut).

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan bagian bijinya yang lunak.
- Daun muda dicuci bersih, lalu direbus, dibuat lalapan. Sajikan dengan sambal, untuk dimakan dengan nasi putih.

Nama daerah:

Kemot (D. Katingan, D. Kedor), **Kelubut** (Banjar), **Telasih** (D. Seberuang), **Kelasih, Selasih** (D. Mentebah), **Limben** (D. Kenyah), **Letup** (D. Iban), **Carang, Ranjang** (D. Tomun).

Gbr.137, Buah masak berwarna orange.
Gbr.138, Bunga yang sedang mekar.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : **Phyllanthaceae**

Nama latin : ***Baccaurea angulata*** Merr.



Pohon tinggi mencapai 15 m, garis tengah sampai 20 cm. Tumbuh liar di hutan primer dan sekunder pada lereng perbukitan rendah. Kulit batang coklat keabuan, permukaan kasar berbenjol bekas tangkai buah, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Daun memanjang 5-15 x 12-36 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji, ujung melancip hingga

membundar, tangkai daun 2-5 cm. Perbungaan abu-abu, muncul pada batang hingga ranting tua. Buah beruang 3, bulat mengerucut ujung dan pangkal, ada yang bersayap, garis tengah + 4-5 cm, merah-kecoklatan, ariel penutup biji keputihan, manis-asam enak dimakan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril daging bijinya warna putih yang dimakan, rasa manis-asam.

Nama daerah:

Belimbing darah (D. Kantu), **Umbing** (D. Mentebah, D. Kahayan, D. Katingan, D. Kedori), **Belimbing bala** (D. Kenyah), **Ucung** (D. Iban), **Belimbing bial**, **Kakali** (D. Tomun).

Gbr.139, Batang pohon penuh dengan buah.
Gbr.140, Buah bersegi dari Kalimantan Barat.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Baccaurea angulata*



Famili/Suku : Phyllanthaceae

Nama latin : *Baccaurea lanceolata* (Miq.) Mull.Arg.



Pohon tinggi sampai 14 m, garis tengah bisa 35 cm. Hidup liar di hutan primer dan sekunder di tanah asam, biasa di lahan pamah, di dekat-dekat aliran air parit atau sungai. Banir curam kadang tidak ada. Kulit batang coklat, permukaan halus hingga mengeripih, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur hingga menjorong 6-18 x 15-60 cm, duduknya spiral, pangkal daun membaji lebar, ujung melancip, tangkai daun ada pembengkakan, panjang 3-7 cm. Pembungaan abu-abu, pada pangkal batang hingga batas cabang pertama, stipul kecil. Buah beruang 3, membulat, garis tengah ± 6 cm, hijau berubah putih kekuningan, daging biji transparan hingga keputihan, rasanya asam sekali. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kulit buah yang tebal, bisa diiris-iris sebagai bahan pencok dengan garam.
- Kulit buah juga diiris-iris lalu dijemur, sebagai pengganti asam untuk sayur.
- Aril biji bisa dimakan langsung, juga bisa sebagai pengganti asam ikan.

Nama daerah:

Empahung (D. Mentebah), **Lempasu** (Banjar), **Lempauh**, **Lempaung** (D. Seberuang, D. Tomun), **Lampesu** (D. Kahayan), **Lampesung** (D. Katingan), **Lepeso** (D. Kenyah), **Empaung** (D. Iban), **Tohi** (D. Kedor).

Gbr.141, Buah yang masih di batang.

Gbr.142, Buah yang sudah dipanen.

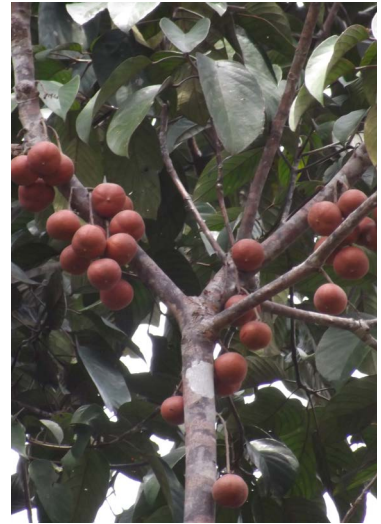
Gbr.143, Buah yang telah dibelah dan isi buahnya.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Baccaurea lanceolata*



Famili/Suku : Phyllanthaceae

Nama latin : *Baccaurea macrocarpa* (Miq.) Mull.Arg.



Pohon tinggi sampai 20 m, garis tengah mencapai 35 cm. Banir curam. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder pada tanah asam, biasa di lahan pamah. Kulit batang coklat, permukaan halus hingga mengeripih, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur 6-11 x 15-30 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji lebar, ujung melancip hingga membundar, tulang daun sekunder 7-8 pasang, tangkai daun 3-6 cm. Perbungaan abu-abu, pada batang hingga cabang, daun pelindung kecil. Buah beruang 3, membulat, garis tengah \pm 6 cm, kecoklatan, aril keputihan ada juga yang berwarna kekuningan, manis-manis-asam enak dimakan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril daging bijinya warna putih atau kekuningan yang dimakan, rasa manis asam.

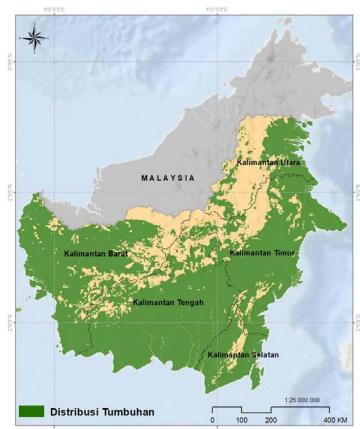
Nama daerah:

Kapul (Banjar, Melayu, D. Kahayan), **Embak** (D. Mentebah, D. Kantu, D. Katingan), **Stei** (D. Kenyah), **Puak** (D. Iban), **Kapul susu**, **Merinjau** (D. Tomun), **Ombak**, **Keliwon** (D. Kedor).

Gbr.144, Buah masak, aril biji warna kuning.

Gbr.145, Buah yang masih di pohon.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Baccaurea macrocarpa***



Famili/Suku : Phyllanthaceae

Nama latin : *Baccaurea parviflora* (Mull.Arg.) Mull.Arg.



Pohon kecil, tinggi sekitar 2-7 m, garis tengah mencapai 3-12 cm. Biasa di lahan dataran juga berbukit rendah pada hutan primer. Kulit batang coklat keabuan, permukaan bersisik, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur, panjang 7-15 cm, lebar 4-8 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji, ujung melancip, tangkai daun 1-5 cm. Pembungaan abu-abu, pada pangkal batang. Buah beruang 3, namun kebanyakan 1-2 yang jadi, melonjong, garis tengah \pm 1-2 cm, kulit buah kecoklatan, aril transparan atau keputihan, manis-asam, enak dimakan. Daun muda kemerahan juga bisa digunakan untuk bahan sayur asam dicampur dengan bahan lain. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril daging bijinya yang dimakan, rasa manis asam.

Nama daerah:

Rambai tanah (Banjar), **Berenai** (D. Mentebah, D. Iban), **Umbing kelep** (D. Katingan), **Tamanggu** (D. Tomun).

Gbr.146, Bunga pada pangkal batang.

Gbr.147, Buah pada pangkal batang.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Baccaurea parviflora*



Famili/Suku : Phyllanthaceae

Nama latin : *Baccaurea pyriformis* Gage



Pohon tinggi sampai 20 m, garis tengah sampai 35 cm. Banir curam. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder di tanah asam, biasa di lahan pamah. Kulit batang coklat, permukaan retak-retak kecil hingga mengeripih, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur hingga melonjong, 3-10 x 7-15 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji lebar, ujung melancip hingga membundar, tulang daun sekunder 7-8 pasang, tangkai daun 3-10 cm. Perbungaan abu-abu, pada cabang hingga ranting tua tidak berdaun. Buah beruang 3, membulat, garis tengah \pm 2-3 cm, kulit buah kecoklatan, bila masak mudah rontok di atas, aril merah, melengket lebih kuat dibandingkan dengan kulitnya, manis-asam, enak dimakan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril daging bijinya yang dimakan, rasa manis asam.

Nama daerah:

Adui (D. Kenyah), **Enkejirak** (D. Iban), **Jentikan** (Banjar), **Embak emceriak** (D. Mentebah), **Embak beruk** (D. Katingan), **Rupis** (D. Tomun), **Selantik** (D. Kedori).

Gbr.148, Buah masak dengan aril berwarna orange.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Baccaurea pyriformis***



Famili/Suku : Phyllanthaceae

Nama latin : *Baccaurea tetrandra* (Baill.) Mull.Arg.



Pohon tinggi mencapai 20 m, garis tengah sampai 20 cm. Banir curam. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder pada tanah asam, biasa di lahan pamah. Kulit batang coklat, permukaan retak-retak kecil hingga mengeripih, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur hingga melonjong, 3-8 x 7-12 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji, ujung melancip hingga membundar, tulang daun sekunder 3-5 pasang, tangkai daun 3-10 cm. Pembungaan abu-abu, pada cabang hingga ranting tua tidak berdaun. Buah beruang 3, membulat, garis tengah \pm 2-4 cm, kulit buah kemerahan, bila masak aril biji kebiruan, agak pahit. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daging kulit buahnya yang dimakan, rasa asam.
- Daun muda berwarna kemerahan dapat dimasak sebagai asam untuk sayur ikan.

Nama daerah:
Mata pelanduk (D. Tomun).

Gbr.149, Buah masak yang dibelah dengan aril berwarna biru.
Gbr.150, Buah masak di ujung ranting.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Phyllanthaceae
Nama latin : *Baccaurea* sp.



Pohon tinggi mencapai 20 m, garis tengah sampai 50 cm. Banir curam, hingga batang berlekuk. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder pada tanah asam, biasa di lahan pamah. Kulit batang coklat, permukaan retak-retak kecil hingga mengeripih, bagian dalam coklat kemerahan, menyerabut. Kayu gubal putih. Daun membundar telur hingga melonjong, 5-15 x 12-20 cm, duduk daunnya spiral, pangkal daun membaji lebar, ujung melancip hingga membundar, tulang daun sekunder 5-8 pasang, tangkai daun 3-10 cm. Pembungaan abu-abu, pada cabang hingga ranting tua tidak berdaun. Buah beruang 3, membulat, garis tengah \pm 2-3 cm, kulit buah masak kekuningan, aril kekuningan, manis-manis asam, enak dimakan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Aril daging bijinya yang dimakan, rasa manis-manis asam.

Nama daerah:

Adui (D. Kenyah), **Enkejirak** (D. Iban), **Jentikan** (Banjar), **Embak emceriak** (D. Mentebah), **Embak beruk** (D. Katingan), **Rupis** (D. Tomun), **Selantik** (D. Kedor).

Gbr.051, Buah masak dengan aril berwarna kuning.

Gbr.052, Pangkal batang yang selalu berbanir curam dan berlekuk.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Piperaceae
Nama latin : *Piper aduncum* L.



Pohon kecil, tingginya tidak lebih 7 m, berdiameter batang kurang dari 15 cm. Hidup liar di hutan sekunder muda dan bekas bukaan lahan, baik *logging* atau bekas ladang. Batang lurus, biasa lebih dari satu atau banyak cabang. Kulit luar berwarna kehijauan, licin,

bergelang. Daun menjorong, seluruh bagian beraroma daun sirih. Perbungaan muncul pada ketiak daun. Buah muda warna putih keabuan, memanjang tertunduk, panjang 5 - 12 cm, garis tengah sekitar 0,5 cm, buah masak dipijit lunak, biji kehitaman, rasa manis. Berkembang biak sangat mudah dengan stek batang.

Cara penggunaan:

- Buah masak lunak bila dipijit mengeluarkan biji-biji hitam, biji bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Kayu sirih, Sisirihan (Banjar). **Kerapak** (Kutai), **Ngansidai** (D. Tomun).

Gbr.153, Buah muda yang masih di ranting.

Gbr.154, Buah masak yang dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Piper aduncum*



Famili/Suku : Poaceae

Nama latin : *Bambusa vulgaris* Schrad. ex J. C. Wendl.



Tumbuhan beruas ini biasanya hidup berumpun, kadang mendominasi di atas permukaan tanah yang luas. Rata-rata berdiameter batang antara 7-15 cm. Masyarakat juga sering menanamnya untuk dipergunakan bambunya membuat pagar, peralatan penangkap ikan, bahkan sebagai bahan bangunan rumah atau pondok di ladang.

Namun sering sekali orang mengambil tunas mudanya yang disebut REBUNG BAMBU sebagai pengganti sayuran pelengkap makan nasi.

Cara penggunaan:

- Tunas muda dikupas dari pelepahnya yang berbulu. Cuci hingga bersih, lalu dirajang atau diiris-iris tipis. Lalu rebus hingga masak. Bisa langsung sebagai lalapan.
- Kebiasaan dimasak dengan air santan kelapa (disayur santan) atau dimasak sebagai sayur bening.

Nama daerah:

Aur (D. Kantu), **Haur** (Banjar, D. Mentebah), **Buku** (Dayak Seberuang), **Humbang** (D. Kahayan), **Poring** (D. Katingan), **Bulu pait** (D. Kenyah), **Poring hijau** (D. Tomun), **Torung** (D. Kedor).

Gbr.155, Rumpun bambu.

Gbr.156, Rebung bambu yang masih di rumpunnya.

Gbr.157, Rebung bambu yang siap untuk diolah.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Poaceae

Nama latin : *Dendrocalamus asper*

(Schult.f.) Backer ex Heyne



Tumbuhan beruas ini biasanya hidup berumpun, rata-rata berdiameter batang antara 12-18 cm. Masyarakat sering juga menanamnya untuk digunakan bambunya dalam membuat pagar, alat pemikul, peralatan penangkap ikan, sebagai bahan bangunan rumah atau pondok di ladang. Bambu ini bukan hanya ukurannya yang lebih besar, namun ketebalan dan kekuatannya lebih dari jenis-jenis bambu lainnya, batang sering dijumpai warna keabu-abuan, perakaran tinggi hingga 3 m.

Sering kali orang mengambil tunas mudanya yang di sebut REBUNG BAMBU BETUNG untuk sebagai pengganti sayuran pelengkap makan nasi, walaupun kelopak pada tunas mudanya ini sangat rapat dengan bulu-bulu halus berwarna kecoklatan (miang bambu) yang sangat gatal bila terkena kulit kita.

Cara penggunaan:

- Tunas muda dikupas dari pelepahnya yang berbulu. Cuci hingga bersih, lalu dirajang atau diiris-iris tipis. Lalu rebus hingga masak. Bisa langsung sebagai lalapan.
- Kebiasaan orang dimasak sayur santan kelapa atau sayur bening.

Nama daerah:

Bambu betung (Banjar, D. Iban, D. Kantu, D. Mentebah), **Poring betung** (D. Katingan), **Bulu latung** (D. Kenyah), **Poring botung** (D. Tomun).

Gbr.158, Rebung bambu betung yang masih di rumpunnya.

Gbr.159, Rebung bambu betung sudah dikupas.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Polygalaceae

Nama latin : *Xanthophyllum obscurum* A.W.Benn.



Pohon tinggi mencapai 35 m, garis tengah sampai 60 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder. Kulit batang abu-abu hingga keputihan, permukaan halus. Daun tunggal, selang-seling, membulat telur, 2-4x3-7 cm, pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata, kaku, urat daun tidak jelas. Tiap-tiap ketiak daun ada berupa tombak. Perbungaan pada ketiak daun. Buah masak abu-abu sedikit kekuningan, garis tengah 5-12 cm, kulit luar buah coklat abu-abu, kasar jika diraba, aril putih, lunak, rasa manis, biji banyak (lebih dari 6) kulit buah tebal sekitar 1-1,2 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buahnya, bagian arilnya yang dimakan.

Nama daerah:

Kemuning (Melayu), **Merlilin** (D. Seberuang, D. Mentebah, D. Kantu), **Menjalin** (D. Katingan), **Pejalin batu** (D. Kenyah), **Tabau empelau** (D. Iban).

Gbr.160, Setangkai buah yang masih di pohon.

Gbr.161, Buah masak yang telah dibuka dengan aril berwarna putih.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Polygalaceae

Nama latin : *Xantophyllum stipitatum*

Hook.f.ex Benn.



Pohon tinggi mencapai 25 m, garis tengah sampai 35 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder. Kulit batang abu-abu hingga keputihan, permukaan halus. Daun tunggal, berseling, membulat telur, 1-3 x 2-5 cm, pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata, kaku, urat daun tidak jelas. Tiap-tiap ketiak daun ada berupa tombak. Perbungaan pada pucuk ranting. Buah masak kekuningan, garis tengah 3-7 cm, aril keputihan, lunak, manis, biji banyak (lebih dari 1 kurang dari 8) tiap buah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buahnya yang masak dibuka, bagian arilnya yang dimakan, buang bijinya.

Nama daerah:

Bua kapas (D. Kedori), **Kemuning** (Melayu), **Menjalin** (D. Katingan), **Merlilin** (D. Seberuang, D. Mentebah, D. Kantu), **Jalin, Pejalin** (D. Kenyah).

Gbr.162, Setangkai buah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Xantophyllum stipitatum*



Famili/Suku : Polyporaceae
Nama latin : *Amanita princeps*

Identifikasi oleh : Albertus Tjiu



Jamur yang satu ini biasanya tumbuh di tanah lantai hutan Dipterokarp. Tumbuh hanya beberapa hari saja, tidak tumbuh dalam waktu yang lama. Sangat beruntung bagi siapa yang menemukannya masih dalam keadaan muda, segar, dalam jumlah yang cukup banyak.

Cara penggunaan:

- Petik jamur yang masih muda dan segar, lalu potong-potong kecil. Cuci hingga bersih, lalu disayur tumis atau sayur sop.

Nama daerah:

Kulat cahop (D. Kedori), **Kulat telur** (Melayu), **Kulat kasut** (D. Iban), **Kulat Engkarabak** (D. Mentebah), **Kulat Bentilung** (D. Kahayan, D. Katingan), **Kulat lung** (D. Kenyah), **Kulat buntuk** (D. Tomun).

Gbr.163, Kuncup kulat telur yang tumbuh di tanah yang lembab.
Gbr.164, Kulat telur yang sudah mekar.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Polyporaceae
Nama latin : *Lentinus sajor-caju*

Identifikasi oleh : Albertus Tjiu



Jamur yang satu ini biasanya tumbuh di batang pohon yang sudah lama mati (lapuk) dan selalu basah atau sering terkena air. Tumbuh hanya beberapa hari saja, tidak tumbuh dalam waktu yang lama. Sangat beruntung bagi siapa yang menemukannya

masih dalam keadaan muda, segar, bersih, tidak rusak akibat serangga, dalam jumlah yang cukup. Jamur ini hidup tidak lebih dalam 7 hari/seminggu, jamur pasti sudah tua (keras/alot) dan tidak bisa dimasak lagi.

Cara penggunaan:

- Petik jamur yang masih muda dan segar, lalu potong-potong kecil. Cuci hingga bersih, lalu disayur bening atau ditumis atau sayur sop.

Nama daerah:

Kulat putih (Banjar, D. Mentebah, D. Katingan, D. Kedor), **Kulat bura** (D. Iban), **Kulat selang**, **Kulat sulit** (D. Kenyah), **Kulat boras** (D. Tomun).

Gbr.165, Sekelompok kulat putih yang tumbuh di kayu lapuk.
Gbr.166, Kulat putih yang sudah disiangi untuk sayur.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Primulaceae

Nama latin : *Embelia javanica* DC.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) yang mencapai tinggi 15 m, diameter batang 4-16 cm. Tumbuh liar di hutan sekunder hingga Dipterokarp lahan pamah. kulit luar coklat kehitaman, batang tua ada yang berduri, bagian dalam coklat kemerahan, daun tunggal, berseling, melonjong, panjang 4-12 cm. Lebar 3-6 cm. Buah masak merah kecoklatan, asam-manis, bergantung pada bagian ujung ranting. Berdiameter ± 3 mm. Kebanyakan berbiji tunggal. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan, diemut buang bijinya.
- Daun muda yang segar sebagai perasa asam untuk sayur asam, ikan atau daging.

Nama daerah:

Sembilikan (Banjar). **Daun kacang** (D. Seberuang), **Asam garam** (D. Mentebah), **Lemping** (D. Katingan), **Sukilang** (D. Kenyah), **Asam kacang** (D. Iban), **Lompi bada** (D. Tomun), **Jeloping** (D. Kedor)

Gbr.167, Liana daun kacang yang sedang berbuah.

Gbr.168, Daun muda yang dapat digunakan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Rosaceae

Nama latin : *Rubus moluccanus* L.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) yang bisa mencapai tinggi 3 m, biasa hanya menjalar di semak-semak saja. Daun tunggal berseling. Memiliki duri-duri mulai dari batang, tangkai, daun, kelopak bunga dan kelopak buah. Buah bertumpuk-tumpuk bila masak kemerahan. rasa manis. Secara keseluruhan tumbuhan ini berduri dan berbulu halus. Hidup liar di hutan sekunder hingga di hutan Dipterokarp lahan pamah, hidup subur setelah ada bukaan lahan atau setelah buat jalan alat-alat berat.

Cara penggunaan:

- Buah masak warna merah bisa langsung dimakan.
- Tunas muda yang lembut dikupas kulit arinya, hingga bulu dan durinya hilang potong-potong 3-5 cm menurut selera, cuci bersih lalu tumis. Sajikan.

Nama daerah:

Stroberi hutan (Banjar), **Emperingat** (D. Seberuang, D. Mentebah), **Keringat** (D. Katingan) **Pidang** (D. Kenyah), **Pamparingat** (D. Tomun), **Sapit undang** (D. Kedor).

Gbr.169, Serumpun buah stroberi hutan yang sudah masak.

Gbr.170, Sisa buah yang telah dimakan binatang.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Rubus moluccanus***



Famili/Suku : Rosaceae

Nama latin : *Rubus rosifolius* Sm.



Jenis tumbuhan semak yang bisa mencapai tinggi 3 m, biasa hanya menjalar di semak-semak saja, paling subur hidup di bekas jalan-jalan sarat bekas logging tidak terlalu kering. Daun majemuk berseling. Memiliki duri-duri mulai dari batang, tangkai, daun, kelopak bunga dan kelopak buah. Buah bertumpuk-tumpuk bila masak kemerahan, rasa manis. Secara keseluruhan tumbuhan ini berduri dan berbulu halus.

Cara penggunaan:

- Buah masak warna merah bisa langsung dimakan.

Nama daerah:

Stroberi hutan (Banjar), **Pidang** (D. Kenyah).

Gbr.171, Stroberi hutan yang masih muda dan sudah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Rutaceae

Nama latin : *Micromelum minutum*

(Forst.f.) Wight & Arn.



Hidup subur di hutan sekunder muda hingga sekunder tua. Tinggi pohon 1,5-8 m. Diameter batang sampai 20 cm. Kulit luar coklat keabu-abuan. Daun majemuk dengan anak daun di ujung lebih besar, anak daun berpasangan tidak sejajar, tepi daun bergerigi, jumlah anak daun 9-17 helai, beraroma keras minyak atsiri. Tangkai bunga-buah di ujung ranting. Buah muda putih kemerahan, kemudian tua kehijauan, ketika masak hitam-kebiruan. Biji tunggal membelah dua. Buah berdiameter 1-1,5 cm. Pohon ini disebut daun kareh karena digunakan masak kareh. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daun segar atau yang sudah dikeringkan dicuci bersih (3-7 lembar menurut banyak bahan yang dimasak) lalu masukkan ke dalam masakan daging atau ayam yang dimasak kareh, sehingga masak.
- Buah tua berwarna hitam bisa dimakan rasanya manis.

Nama daerah:

Daun Kareh (Banjar).

Gbr.172, Setangkai buah muda di pohon.

Gbr.173, Buah muda dan masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Micromelum minutum*



Famili/Suku : Salicaceae

Nama latin : *Flacourtia indica* (Burm.f.) Merr.



Pohon kecil hingga sedang dengan ketinggian <15 m dan berdiameter sampai 20 cm. Tumbuh baik di tempat yang rendah dan datar/pinggiran sungai. Kebanyakan percabangan rendah bahkan dekat dengan pangkal batang. Batang berduri, namun ada batang yang durinya tidak dijumpai atau jarang-jarang. Kulit luar batang tua berwarna coklat keabuan hingga kemerahan, mengelupas, juga mengeripih. Tangkai daun <1 cm. Daun oval, panjang 5-12 cm, lebar 3-6 cm, tepi bergerigi, pangkal daun sering membaji, ujung melancip. Urat daun tiga sejajar pada pangkal, urat daun sekunder antara 3-7 pasang. Pembungaan pada ranting tua hingga ranting muda yang berdaun. Buah hijau membundar, bila masak merah tua hingga hitam, \pm 2 cm. rasa sepet-manis, ada kepala putik di ujung buah 5 atau 6 agak jarang, Biji antara 6-12 dalam tiap satu buah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak untuk dimakan langsung, disukai satwa mamalia & burung.

Nama daerah:

Tato (D. Kedori), **Rukam** (semua Suku), **Rukap** (D. Tomun).

Gbr.174, Buah tua yang menempel pada dahan dan ranting.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Salicaceae

Nama latin : *Flacourtia rukam* Zoll. & Moritzi



Pohon kecil hingga sedang dengan ketinggian <20 m dan berdiameter sampai 25 cm. Tumbuh baik di tempat yang rendah dan datar/pinggir sungai. Kebanyakan percabangan rendah bahkan dekat dengan pangkal batang. Batang muda selalu berduri kuat, panjang $\pm 3-5$ cm. Jika batang tua, duri jarang dijumpai. Kulit luar batang tua berwarna coklat keabuan hingga kemerahan, mengelupas, juga mengeripih. Tangkai daun <1 cm. Daun oval, panjang 8-20 cm, lebar 4-9 cm, tepi bergerigi, pangkal daun sering membaji, ada yang tidak simetris, ujung melancip, urat daun sekunder antara 6-11 pasang. Pembungaan pada ranting tua hingga ranting muda yang tidak berdaun. Buah hijau membundar, bila masak merah tua hingga hitam, $\pm 2,6$ cm. Rasa sepet-manis, ada kepala putik di ujung buah 5 atau 6 agak jarang. Biji antara 6-20 dalam tiap satu buah. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak dapat dimakan langsung, disukai satwa mamalia & burung.

Nama daerah:

Tato (D. Kedori), **Rukam** (semua Suku), **Rukap** (D. Tomun).

Gbr.175, Sekumpulan buah yang masih di pohon.

Gbr.176, Tampilan jelas buah yang sudah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Dimocarpus longan* Lour. (Duku)



Pohon tinggi bisa 35 m, garis tengah bisa 80 cm. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder, terutama di lereng-lereng bukit. Sekarang sudah banyak dibudidayakan di pekarangan rumah. Kulit batang coklat keabuan, retak-retak bisa sampai mengelupas. Kayu gubal kekuningan. Anak daun menyirip 8-12 helai, melonjong, panjang 6-17 cm, lebar 2-4 cm, ada

warna mengkilap keputihan di bagian bawah daunnya, anak daun beragam, menjangat, pangkal daun membaji, tidak sama besar (asimetris), ujung meruncing. Perbungaan muncul di ujung ranting, dengan 5 kelopak, bermahkota 5, benang sari biasanya sampai 8, bakal buah bercuping 2, namun sering hanya 1 yang jadi buah. Buah membulat atau bundar dengan garis tengah 1,5-2,5 cm, bila masak kulit buah berwarna tetap **hijau dan berduri-duri** tumpul, salut biji tembus cahaya, putih-bening, membungkus seluruh biji yang coklat-hitam. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

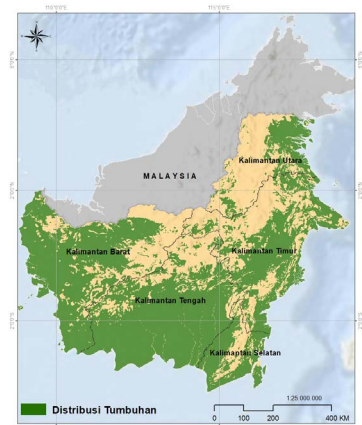
- Kulit buah dibuka, makan arilnya yang bening.

Nama daerah:

Buku (D. Kedori), **Duku** (Banjar), **Isau bileng** (D. Kenyah), **Murin** (D. Iban).

Gbr.177, Buah muda masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Dimocarpus longan (Duku)



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Dimocarpus longan* Lour. (Ehau)



Pohon tinggi bisa 25 m, garis tengah bisa 60 cm. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder, terutama di lereng-lereng bukit. Sekarang sudah banyak dibudidayakan di pekarangan rumah. Kulit batang coklat keabuan, retak-retak bisa sampai mengelupas. Kayu gubal kekuningan. Tangkai daun utama berlentisel dan berbulu halus kecoklatan, Anak daun menyirip, dari 5-11 helai, melonjong, panjang 15-30 cm, lebar 7-12 cm, agak kasar di bagian bawah daunnya, menjangat, pangkal daun membaji, ujung meruncing, garai terbenam di permukaan atas, urat daun sekunder 18-24 pasang, domatia sedikit di ketiak urat sekunder hanya pada pangkal daun. Pembungaan muncul di ketiak

tangkai daun dan ujung ranting, dengan 5 kelopak, bermahkota 5, benang sari biasanya sampai 8. bakal buah bercuping 2, namun sering hanya 1 yang jadi buah. Buah membulat atau bundar dengan garis tengah 1,5-2,5 cm, bila masak kulit buah berwarna **kuning dan berduri-duri** tumpul, salut biji tembus cahaya, putih-bening, membungkus seluruh biji yang coklat-hitam. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kulit buah dibuka, makan arilnya yang bening.

Nama daerah:

Ehau (Kutai), **Lengkuis** (D. Mentebah), **Lingkuis** (D. Seberuang), **Tengkuhis** (D. Katingan), **Isau balah** (D. Kenyah), **Murin** (D. Iban), **Badal**, **Kepala ruai** (D. Tomun), **Rakuhi** (D. Kedori).

Gbr.178, Buah masak masih di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Dimocarpus longan* Lour. (Mata Kucing)



Pohon tinggi bisa 30 m, garis tengah bisa 40 cm. Hidup liar dalam hutan primer dan sekunder, baik di lereng-lereng bukit, maupun lahan datar. Kulit batang keabuan, retak-retak bisa sampai mengelupas. Kayu gubal kekuningan. Anak daun menyirip genap, dari 2-4 pasang, membundar telur hingga melonjong, panjang 5-7 cm, lebar 1-3 cm, ada warna mengkilap keputihan di bagian bawah daunnya dan ada yang berbulu halus, menjangat, pangkal daun membaji, ujung meruncing, domatia ada pada sebagian ketiak tulang daun sekunder, garai terbenam di permukaan atas, bulu berupa jambul. Pembungaan muncul di ketiak tangkai daun dan ujung

ranting, dengan 5 kelopak, bermahkota 5, benang sari biasanya sampai 8. bakal buah bercuping 2, namun sering hanya 1 yang jadi buah. Buah membulat atau bundar dengan garis tengah 1-2 cm, bila masak kulit buah berwarna **kuning dan licin, rata** berbintik-bintik hitam, salut biji tembus cahaya, putih-bening, membungkus seluruh biji yang coklat-hitam. Membedakan mata kucing dan dupar, Dugar bagian bawah daun berbulu halus, Mata kucing tidak berbulu. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Kulit buah di buka, makan arilnya yang bening.

Nama daerah:

Mata kucing, Dugar (Banjar, Kutai, D. Tomun), **Belengkiang** (D. Seberung), **Kueh jelawat** (D. Mentebah), **Isau pot** (D. Kenyah), **Merkiang** (D. Iban).

Gbr.179, Buah masak dan buah yang dikupas dengan aril berwarna bening.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Lepisanthes amoena* (Hassk.) Leenh.



Pohon kecil atau perdu, tinggi 1-5 m saja. Stipul semu, bisa ada atau tidak. Tumbuh liar terutama di tepian sungai, di dataran rendah hingga berair. Kulit luar berwarna abu-abu tua bahkan coklat hitam, berlekuk halus. Kayu gubal keras. Pangkal tangkai daun membengkak. Anak daun 16-20 helai, berhadapan hingga berseling, panjang 10-17 x 3-4 cm. pangkal tidak simetris, ujung melancip, urat daun sekunder samar-samar. Tangkai bersayap juga ada yang tidak. Pembungaan di ujung ranting, berkelamin tunggal, kelopak 4-5, bebas, daun mahkota 4-5. Buah berongga 3, coklat muda hingga kemerahan, aril transparan, tipis, rasa manis-sepat. Daun muda putih juga ada yang merah muda, bila diukek dengan air mengeluarkan busa seperti sabun. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daging buahnya yang masak bisa dimakan, namun sangat tipis.
- Daun muda warna merah atau putih bisa digosok dengan air, untuk sabun.

Nama daerah:

Daun sabun (Melayu), **Mala** (D. Katingan), **Mata landan** (D. Kahayan), **Peler ukui** (D. Kantu), **Telunjuk iyap** (D. Kenyah), **Gegama** (D. Iban), **Mamala** (D. Tomun).

Gbr.180, Setangkai buah mala yang sudah masak di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Lepisanthes amoena*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Lepisanthes fruticosa* (Roxb.) Leenh.



Pohon kecil atau perdu, tinggi hanya sekitar 1-4 m. Tumbuh liar terutama di tepian sungai, di dataran rendah hingga berair. Kulit luar berwarna abu-abu tua bahkan coklat hitam, berlekuk halus. Kayu gubal keras. Anak daun berhadapan hingga berseling, pangkal tidak simetris, ujung melancip. Tangkai bersayap juga ada yang tidak. Pembungaan pada pangkal batang hingga cabang, berkelamin tunggal, kelopak 4-5, daun mahkota 4-5. Buah berongga 3, namun sering hanya 1 atau 2 yang jadi biji, coklat muda hingga kemerahan atau hitam mengkilap, aril transparan, tipis, manis-sepat. Daun muda putih juga ada yang merah muda, bila diukcek dengan air mengeluarkan busa seperti sabun. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daging buah masak yang dimakan namun sangat tipis.
- Daun muda warna merah atau putih bisa digosok dengan air, untuk sabun.

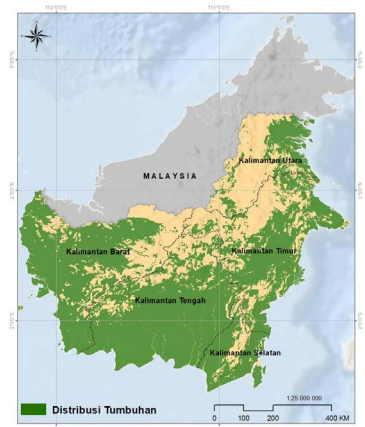
Nama daerah:

Buah bengalon (Kutai), **Keranti** (D. Mentebah), **Sababure** (D. Katingan), **Telunjuk iyap saleng** (D. Kenyah).

Gbr.181, Setangkai bunga bengalon yang sedang mekar.

Gbr.182, Buah masak di pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Lepisanthes fruticosa*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium cuspidatum* Blume



Pohon tinggi bisa 40 m. garis tengah bisa 50 cm. Hidup liar di hutan primer hingga sekunder muda. Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin, sedikit bergelang. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa >50 cm, anak daun 14-19 helai, menjorong, panjang 15-32 cm, lebar 4-6,5 cm, pangkal daun membaji, ujung melancip, tulang daun sekunder 18-28 pasang, tepi daun rata, bagian bawah daun dan tangkai serta urat daun berbulu halus kecoklatan. Buah berambut, garis tengah 2-4 cm. Asam-manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji. Di Kalimantan terdapat 3 varietas dari *Nephelium cuspidatum* (var. *eripetalum*, var. *ophiodes*, & var. *robustum*).

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak, dimakan dagingnya.

Nama daerah:

Beliti (D. Kedori), **Dara** (D. Katingan), **Rambutan hutan** (Melayu), **Junjung** (D. Seberuang), **Sibau** (D. Mentebah), **Titida'an** (D. Kenyah), **Titidan** (D. Iban).

Gbr.183, Buah masak lengkap dengan ranting-rantinya.

Gbr.184, Penampakan buah dari dekat.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Nephelium cuspidatum*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium laurinum* Blume



Pohon tinggi bisa 15 m, garis tengah bisa 20 cm. Hidup liar di hutan primer hingga sekunder muda. Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa 10-20 cm, anak daun 8-16 helai, melonjong, panjang 5-8 cm, lebar 2-3 cm, pangkal daun membaji, ujung melancip, tulang daun sekunder 10-16 pasang, tepi daun rata, bagian bawah daun keputihan. Buah berambut jarang, buah masak berwarna merah cerah, garis tengah rata-rata 2 cm. Asam-manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak dimakan dagingnya.

Nama daerah:

Abung bileng (D. Kenyah), **Buah laki** (D. Mentebah), **Keranamun** (D. Kedori), **Namun** (D. Kenyah), **Kekuk haruwai** (D. Katingan), **Linang** (D. Seberuang), **Melajan** (D. Iban), **Sahwi** (D. Tomun).

Gbr.185, Seranting buah linang yang sudah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Nephelium laurinum*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium maingayi* Hiern



Pohon tinggi bisa mencapai 20 m, garis tengah bisa 40 cm. Hidup liar di hutan primer kerangas hingga sekunder muda, juga tahan dengan genangan air (di rawa dalam). Hidup subur di hutan gambut, atau hutan tanah berpasir (kerangas). Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa 3-10 cm, anak daun 2-6 helai, membulat ada yang melonjong, panjang 6-12 cm, lebar 4-8 cm. pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata, bagian bawah daun keputihan. Buah kulit bertotol, warna merah, garis tengah rata-rata 1-1,5 cm. Asam-manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak dimakan dagingnya.

Nama daerah:

Piais, Piait (Melayu), **Prut keli** (D. Seberuang), **Perkeli** (D. Kantu, D. Mentebah), **Pijais** (D. Katingan), **Mujau** (D. Iban), **Kepala ruwai** (D. Tomun).

Gbr.186, Seranting buah piais yang sudah masak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Nephelium maingayi*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium mutabile* Blume



Pohon tinggi bisa mencapai 25 m, garis tengah bisa 40 cm. Hidup liar di hutan primer hingga sekunder muda. Biasa hidup di hutan dataran rendah hingga perbukitan. Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa 10-25 cm, anak daun 6-12 helai, melonjong, panjang 12-20 cm, lebar 6-12 cm. pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata, bagian bawah daun keputihan. Buah kulit agak rata, warna merah tua sampai kehitaman, garis tengah rata-rata 1-1,5 cm, manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak, aril yang bening bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Jari-jari (Banjar), **Kukur** (Dayak Seberuang), **Pudah** (D. Kenyah), **Mujau** (D. Iban), **Idur** (D. Tomun).

Gbr.187, Sekumpulan buah masak yang baru dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Nephelium mutabile*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium ramboutan-ake*

(Labill.) Leenh.



Pohon tinggi bisa mencapai 20 m, garis tengah 35 cm. Hidup liar di hutan primer, kerangas hingga sekunder muda, namun ada juga yang dipelihara orang di pekarangan rumah. Biasa

hidup di hutan primer, juga hutan tanah berpasir (kerangas). Kulit batang coklat keabuan, permukaan kasar. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa 8-14 cm, anak daun 4-8 helai, melonjong, panjang 6-12 cm, lebar 3-6 cm. pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata, bagian bawah daun keputihan. Buah kulit berbulu keras, warna merah tua hingga kehitaman, garis tengah rata-rata 3-4 cm. Asam-manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak, aril bening-keputihan bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Abung saleng (D. Kenyah), **Dara** (D. Tomun), **Maritam** (Banjar), **Uri** (D. Seberuang), **Tikuk sambuk** (D. Mentebah, D. Kahayan, D. Katingan), **Reruki** (D. Iban), **Tenggarong** (D. Kedor).

Gbr.188, Setangkai buah masak.

Gbr.189, Buah dibuka aril berwarna bening.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Nephelium ramboutan-ake*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Nephelium uncinatum* Radlk.ex Leenh.



Pohon tinggi bisa 15 m, garis tengah sampai 20 cm. Hidup liar di hutan primer hingga sekunder muda. Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin. Daun majemuk, tangkai utama panjang bisa 15-27 cm, anak daun 16-28 helai, melonjong, panjang 6-10 cm, lebar 3-5 cm, pangkal daun membaji, ujung melancip, tulang daun sekunder 10-16 pasang, tepi daun rata, bagian bawah daun keputihan. Buah berambut jarang, warna kekuningan, garis tengah rata-rata 2 cm. Asam-manis, aril melengket kuat pada biji. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak, aril warna bening keputihan bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Namun (D. Kenyah), **Linang** (D. Seberuang, D. Tomun), **Meramum** (D. Mentebah), **Ranjing** (D. Katingan), **Bua embat** (D. Kenyah), **Melanjau** (D. Iban).

Gbr.190, Buah masak lengkap dengan ranting dan daunnya.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Nephelium uncinatum***



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Pometia pinnata* var. glabra Forst.



Pohon tinggi bisa 30 m, garis tengah sampai 60 cm. Tumbuh liar di hutan primer & sekunder, di tepi-tepi sungai. Kulit batang coklat keabuan, permukaan licin. Tangkai daun utama ada daun kuping yang membalik di pangkalnya, panjang tangkai > 30 cm. Anak daun rata-rata >15 helai, melonjong, panjang 5-30 cm, lebar 5-11 cm, pangkal daun membulat hingga membaji, tidak simetris, ujung melancip, tepi daun bergerigi, tulang daun sekunder 10-26 pasang. Buah lonjong, kulit licin, merah hingga coklat kehitaman, garis tengah 1,5-2 cm, aril (bagian yang menutup biji) tembus pandang, rasa manis, enak dimakan, Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah yang sudah masak, arilnya bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Matoa hitam (Melayu), **Kulit karing** (Banjar), **Kasai** (D. Mentebah), **Bua** (D. Iban), **Sengkuang rahu** (D. Tomun), **Telokah** (D. Kedor).

Gbr.191, Buah masak lengkap dengan tangkai dan daunnya.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Pometia pinnata*



Famili/Suku : Sapindaceae

Nama latin : *Xerospermum noronhianum* Blume



Pohon tinggi sampai 15 m, garis tengah mencapai 20 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder. Kulit batang kecoklatan hingga kehitaman, permukaan halus hingga retak-retak. Daun majemuk, anak daun kebanyakan sepasang atau tidak lebih dari 2 pasang (tidak lebih dari 4 helai), membulat telur, 3-5 x 4-7 cm, pangkal daun membulat, kebanyakan tidak simetris, ujung melancip, tepi daun rata. Pembungaan di ketiak daun hingga pucuk. Buah masak merah kekuningan, kulit buah berduri-duri tumpul, garis tengah 2-4 cm. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, bagian arilnya yang dimakan.

Nama daerah:

Rambutan gundul (Banjar), **Kayu ilas** (D. Iban), **Lalundik** (D. Tomun).

Gbr.192, Buah muda dan buah masak aril tipis berwarna orange.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Sapotaceae

Nama latin : *Madhuca motleyana* (de Vriese) Baehni



Pohon tinggi bisa 25 m, garis tengah sampai 50 cm. Hidup liar di hutan primer maupun sekunder, terutama di lahan yang berair / rawa kering. Kulit batang kecoklatan, permukaan halus hingga retak-retak. Daun tunggal, tersebar, panjang 7-18 x 6-10 cm, kaku, pangkal daun membaji, ujung melancip, tepi daun rata. Perbungaan pada ranting bekas daun yang sudah jatuh. Kelopak buah hanya 4. Buah melonjong, coklat hingga merah kecoklatan, garis tengah 1-2 cm. Mengelompok dalam satu titik. seluruh bagian bergetah putih. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, daging kulit bagian yang lunak dimakan, rasa manis.

Nama daerah:

Nyatoh (Melayu), **Nyatu**, **Nyatuk** (D. Iban, D. Mentebah, D. Kantu, D. Katingan), **Lumuk** (D. Kenyah).

Gbr.193, Setangkai buah muda.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Madhuca motleyana*



Famili/Suku : Sapotaceae

Nama latin : *Madhuca pierrei* Van den Assem



Pohon tinggi hingga 35 m, berdiameter hingga 40 cm. Batang lurus. Hidup liar di hutan primer lahan pamah, baik di punggung atau lereng bukit. Kulit luar berwarna coklat keabuan, retak-retak mengelupas. Kulit dalam merah pucat, bergetah putih. Stipul kecil sekali, cukup lama bertahan. Daun menjorong, kaku, panjang 12-25 cm, lebar 3-6 cm, pangkal membaji, ujung melancip, tulang daun sekunder 18-27 pasang, tidak begitu nampak, bawah daun keperakan. Pembungaan pada bekas ketiak daun jatuh. Buah hijau, menjorong, panjang 2-3,5 cm, garis tengah 1-1,5 cm, manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak, daging kulit bagian yang lunak dimakan, rasa manis.

Nama daerah:

Nyatoh panjang (Banjar), **Nyatu** (semua Dayak).

Gbr.194, Daun muda dan daun tua.

Gbr.195, Pangkal batang pohon.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Sapotaceae

Nama latin : *Madhuca sericea* (Miq.) H.J.Lam



Pohon, tinggi hingga 30 m, berdiameter hingga 40 cm. Batang lurus atau berombak. Hidup liar di hutan primer lahan pamah, baik di punggung atau di lereng bukit, atau tepi sungai. Kulit luar berwarna coklat keabuan. Kulit dalam bergetah putih. Stipul kecil sekali. Daun menjorong hingga membundar telur sungsang, kaku, panjang 7-28 cm, lebar 5-10 cm, pangkal membaji, ujung biasanya melancip tumpul, tulang daun sekunder 15-21 pasang, bawah daun keputihan. Tangkai bengkok pada pangkalnya. Pembungaan pada ketiak daun, terdiri atas 3-10 kuntum, tangkai langsing, panjang 7-14 mm, kelopak menyegi-tiga membundar telur, panjang 3,5-4,5 mm, mahkota bercuping 8-9, panjang 5-6,5 mm, gundul di sisi luar, benang sari 18-24, dalam pusaran 2 atau 3, bakal buah membulat telur, beruang 8-10, berbulu panjang, tangkai putik menjarum, panjang 8 mm. Buah hijau, menjorong, panjang 2-3,5 cm, garis tengah 1-1,5 cm, manis. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Buah masak daging buah bagian yang lunak dimakan, rasanya manis.

Nama daerah:

Nyatoh (Banjar), **Nyatu** (semua Dayak).

Gbr.196, Buah *Madhuca sericea* yang sudah jatuh.

Gbr.195, Batang pohon ada getah putih bekas irisan kulit.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Sapotaceae

Nama latin : *Palaquium stenophyllum* H.J.Lam



Pohon, tinggi hingga 35 m, berdiameter hingga 70 cm. Hidup liar di hutan sekunder tua hingga hutan primer. Batang lurus. Kulit luar berwarna kecoklatan hingga hitam, bersik atau retak-retak halus. Kulit dalam bergetah putih. Daun menjorong, tulang bawah daun hingga ranting muda bulu halus kecoklatan, panjang 12-23 cm, lebar 5-14 cm, pangkal membaji, ujung biasanya melancip, tulang daun sekunder 7-13 pasang. Stipul membagi dua, coklat. Perbungaan mengelompok pada ketiak daun. Buah hijau tertutup bulu coklat, melonjong, panjang 1,5-3,5 cm, garis tengah 1-1,5 cm, buah masak lunak, biji 1 tiap-tiap buah. Banyak sekali jenis *Palaquium* yang lain bisa kita jumpai di hutan Kalimantan. Berkembang biak dengan biji.

Cara penggunaan:

- Daging buah yang sudah masak, bagian yang dimakan.

Nama daerah:

Nyatuh (Banjar, D. Iban), **Mahabai** (D. Mentebah), **Nyato pinang** (D. Tomun).

Gbr.196, Buah muda pada ranting.

Gbr.197, Buah masak yang dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Sclerodermataceae

Nama latin : *Calostoma insigne*

Identifikasi oleh : Albertus Tjiu



Jamur yang satu ini biasanya tumbuh di tanah pada lereng pegunungan dengan ketinggian 600 m, dari permukaan laut, di hutan primer Dipterokarp. Tumbuh hanya beberapa hari saja, tidak tumbuh dalam waktu yang lama. Sangat beruntung bagi siapa yang menemukannya masih dalam keadaan muda, segar, bersih, tidak rusak akibat serangga, dalam jumlah yang cukup melimpah. Jamur ini diselimuti cairan bening berupa jeli atau agar-agar lunak.

Cara penggunaan:

- Petik jamur yang masih segar, lalu bersihkan dari kotoran yang menempel pada cairan jeli yang menutup (jeli tidak perlu dibuang habis). Cuci hingga bersih, lalu disayur bening atau ditumis atau sayur sop.
- Jamur ini juga bisa dimakan tanpa dimasak. Cuci bersih dan langsung telan, mengenyangkan dan menghilangkan rasa haus selama perjalanan di hutan.

Nama daerah:

Jamur mata kancil (Melayu, D. Mentebah, D.Katingan), **Kulat mata Jane** (Dayak Iban)

Gbr.198, Jamur mata kancil di lantai hutan.

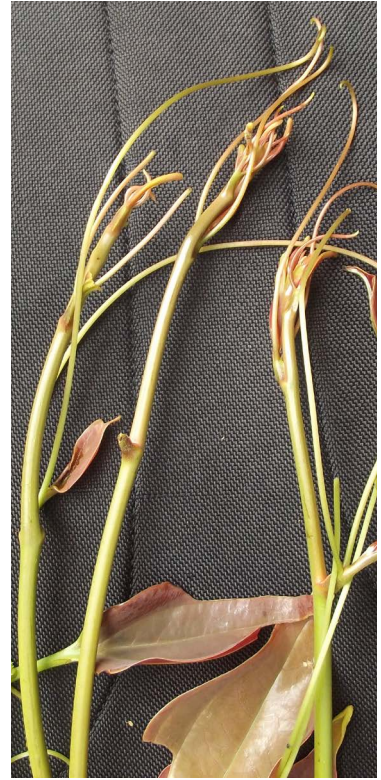
Gbr.199, Jamur mata kancil yang baru dipanen.

Gbr.200, Jamur mata kancil yang sedang dimasak.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Calostoma insigne*



Famili/Suku : Smilacaceae
Nama latin : *Smilax odoratissima* Blume



Tumbuhan menjalar yang besar seperti batang spidol, beruas, berduri jarang. Setiap ruas terdapat sehelai daun mempunyai urat daun 5 sampai ke ujung daun, bawah daun keputihan. Terdapat tendril seperti akar untuk membelit tumbuhan lain untuk memanjat.

Cara penggunaan:

- Tunas muda yang menjalar, dikupas kulit arinya, lalu di potong-potong. Bisa disayur bening, atau ditumis, untuk lauk makan nasi.

Nama daerah:

Keramat atang (D. Kedori), **Serudang** (D. Seberuang), **Meludang** (D. Iban), **Merudang** (D. Kantu), **Akar banar** (D. Mentebah), **Pucuk bantal** (D. Katingan, D. Kahayan), **Rakat kijang** (D. Tomun).

Gbr.201, Batang tua.

Gbr.202, Pucuk muda, bagian yang bisa disayur.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Theaceae

Nama latin : *Ploiarium elegans* Korth.



Jenis pohon ini mencapai tinggi 13-15 m dengan diameter 18 cm biasa hidup di hutan gambut kerangas, sangat dominan bila lahan tersebut setelah ditinggal orang berladang, hidup mengelompok. Dalam satu kesatuan, berakar jangkang, daun tunggal, tersebar. Daun muda kemerahan sedikit berlendir. Sangat mudah hidup dengan batang, akar, maupun bijinya.

Cara penggunaan:

- Daun muda yang lembut dicuci bersih lalu potong-potong menurut selera, lalu dimasak tumis, atau sayur bening. Juga sering sebagai teman masak ikan dalam bambu.

Nama daerah:

Jengger (Melayu), **Jingau** (D. Iban), **Lemping** (D. Katingan).

Gbr.203, Bunga jengger yang sedang mekar.

Gbr.204, Daun pucuk muda yang baru dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Ploiarium elegans*



Famili/Suku : Urticaceae

Nama latin : *Poikilospermum suaveolens*
(Blume) Mer.



Jenis tumbuhan memanjat (liana) yang bisa mencapai tinggi 3 m, biasa hanya menjalar di semak-semak atau di tepi-tepi sungai hutan primer. Daun tunggal tersebar. Memiliki stipul. Buah bertumpuk-tumpuk dalam satu tangkai, buah tidak bisa dimakan. Hidup liar di hutan sekunder hingga di hutan Dipterokarp lahan pamah, hidup subur di tempat yang sejuk.

Cara penggunaan:

- Daun muda yang lembut dicuci bersih lalu potong-potong menurut selera, lalu dimasak tumis, sayur bening, atau sayur santan.

Nama daerah:

Entaban (D. Iban), **Sepang** (D. Katingan).

Gbr.205, Tumbuhan entaban di alam.

Gbr.206, Daun entaban muda yang baru dipanen.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
Alangium ridleyi King**



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Etlingera elatior* (Jack) R.M. Smith



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1,5-3 m. Duduk daun selang-seling, jumlah daun 5-14 helai, lebar dan panjang 8-14 x 25-70 cm, menjorong panjang. Pembungaan keluar di bagian pangkal batang sejajar akar, tangkai buah tegak lurus ke atas, tinggi 15-125 cm. Buah muda hijau masak berubah kekuningan, sebesar \pm 1-2 cm, berbiji banyak warna hitam, biji rasanya asam-manis sedikit pahit. Bunga mahkota merah cerah, mekar membalik ke bawah. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, hingga hutan sekunder tua. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Buah masak bijinya bisa dimakan langsung.
- Bunga yang muda dicuci bersih bisa langsung jadi lalapan.
- Bunga muda juga bisa disayur tumis, atau Bunga muda dan biji buah masak dicampur dengan bahan lainnya untuk masak sayur asam, ikan dengan lengkap bumbu dapur.

Nama daerah:

Patik (D. Kahayan), **Puka** (D. Katingan), **Asam cakala** (D. Seberuang, D. Kantu), **Asam tekala** (D. Mentebah), **Belukung** (D. Kenyah), **Asam kecala** (D. Iban), **Asam simpur** (Melayu), **Taboyau**, **Lucung**, **Patikala** (D. Tomun), **Potok** (D. Kedori).

Gbr.207, Serumpun asam tekala dengan bunga dan buah.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Etlingera elatior***



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Etlingera fimbriobracteata*

(K.Schum.) R.M.Sm.



Tumbuhan herba, mengelompok namun terpisah-pisah, tinggi 1,5-4,5 m. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, hingga hutan sekunder tua. Duduk daun selang-seling, jumlah daun 7-22 helai, lebar dan panjang 8-15 x 25-80 cm, menjorong panjang. Pembungaan keluar di bagian akar, tangkai buah muncul sejajar tanah, kadang tertutup serasah (daun-daun kering). Buah muda merah kecoklatan, masak berubah coklat tua, sebesar $\pm 1-2$ cm. berbiji banyak warna hitam, biji rasa asam-manis sedikit pahit. Bunga mekar merah pucat. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Batang dibuat tikar, untuk jemur padi atau keperluan lainnya.
- Buah masak untuk dimakan bagian bijinya.
- Umbut dapat dimakan sebagai sayuran.

Nama daerah:

Asam kali (D. Iban), **Tutukun** (Banjar), **Tepu** (D. Mentebah), **Tepo** (D. Kenyah), **Topah** (D. Tomun), **Suli tulang** (D. Kedor).

Gbr.208, Bunga dan buah asam kali.

Gbr.209, Umbut yang telah dibersihkan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Etlingera pyramidosphaera*
(K.Schum.) R.M.Sm.



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1,5-3 m. Duduk daun selang-seling, jumlah daun 5-14 helai, lebar dan panjang 8-14 x 25-70 cm. menjorong panjang. Perbungaan keluar di bagian pangkal batang sejajar akar, tangkai buah tegak lurus ke atas, tinggi 15-125 cm. Buah muda hijau masak berubah kekuningan, sebesar \pm 1-2 cm. berbiji banyak warna hitam, biji rasa asam manis sedikit pahit. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, hingga hutan sekunder tua. Bunga mekar merah pucat, mengarah ke atas seperti piramid. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Buah masak bijinya bisa langsung dimakan.
- Bunga yang muda dicuci bersih bisa langsung jadi lalapan.
- Bunga muda juga bisa disayur tumis, atau
- Bunga muda dan biji buah masak dicampur dengan bahan lainnya untuk masak sayur asam dengan lengkap bumbu dapur.

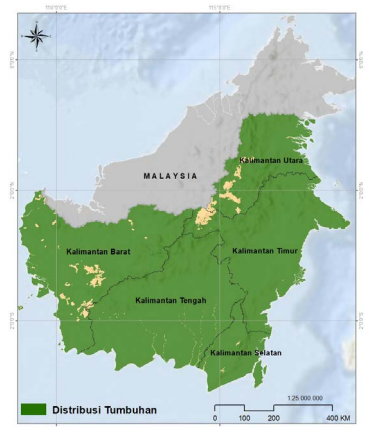
Nama daerah:

Patik (D. Kahayan), **Puka** (D. Katingan), **Asam cakala** (D. Seberuang, D. Kantu), **Asam tekala** (D. Mentebah), **Belukung** (D. Kenyah), **Asam kecala** (D. Iban), **Asam simpur** (Melayu), **Taboyau**, **Lucung**, **Patikala** (D. Tomun), **Potok** (D. Kedor).

Gbr.210, Bunga mekar yang masih lengkap di alam.

Gbr.211, Sekelompok buah asam cakala di alam.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Etlingera pyramidosphaera*



Famili/Suku : Zingiberaceae
Nama latin : *Hornstedtia affinis* Ridl.



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1,5-2,2 m. akar menggantung. Duduk daun selang-seling, jumlah daun 5-13 helai, lebar dan panjang 8-14 x 25-70 cm, menjorong panjang, berbulu halus keseluruhan. Perbungaan bonggol

melonjong hingga bulat telur, lancip ke atas, keluar di bagian pangkal batang sejajar dengan akar, tangkai buah tegak lurus ke atas, panjang 8-15 cm. Kulit buah kecoklatan berbintik abu-abu, berbiji banyak bila masak hitam, aril biji rasa asam-manis. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, hingga hutan sekunder tua. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Biji pada buah masak bisa dimakan langsung.
- Batangnya sebagai bahan anyaman seperti tikar (oleh Dayak Iban).

Nama daerah:

Baronang (D. Katingan), **Petiti gunung** (Banjar), **Cuncung senggang** (D. Mentebah, D. Iban, D. Kantu), **Ubutiti** (D. Kenyah), **Asam senggang** (D. Iban), **Topah susu** (D. Tomun), **Suli takarak** (D. Kedori).

Gbr.212, Bunga mekar di alam.
Gbr.213, Buah yang dipanen.

**Peta Distribusi Tumbuhan Edibel
*Hornstedtia affinis***



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Hornstedtia havilandii* K. Schum.



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 2-4 m, akar tak terlihat. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, di lahan yang datar. Duduk daun selang-seling, jumlah daun 7-20 helai, lebar dan panjang 8-16 x 25-75 cm, menjorong

panjang. Perbungaan muncul dari permukaan tanah, tinggi 18-40 cm, bonggol melonjong, tangkai buah tegak lurus ke atas, panjang 8-20 cm. Kulit buah kecoklatan berbintik abu-abu, berbiji banyak bila masak hitam, aril biji rasa asam-manis. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Biji pada buah masak bisa langsung dimakan.
- Batangnya sebagai bahan anyaman seperti tikar (oleh Dayak Iban).

Nama daerah:

Petiti kalan (Banjar), **Cuncung sempatah** (D. Mentebah), **Asam patah** (D. Kantu), **Lame** (D. Kenyah), **Panyun** (D. Iban), **Topah poji** (D. Tomun), **Suli pelek** (D. Katingan), **Suli bu kang** (D. Kedori).

Gbr.214, Bunga mekar di alam.
Gbr.215, Buah yang dipanen.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Hornstedtia havilandii*



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Hornstedtia* sp. (J. Koenig.) Steud



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1,5-2,8 m, akar menggantung. Duduk daun berseling, jumlah daun 5-15 helai, lebar dan panjang 7-15 x 30-90 cm, menjorong panjang, berbulu halus keseluruhan. Perbungaan bonggol melonjong, mekar di ujung,

keluar di bagian pangkal batang sejajar dengan akar, tangkai buah tegak lurus ke atas, panjang 8-15 cm. Kulit buah kecoklatan berbintik abu-abu, berbiji banyak bila masak hitam, aril biji rasa asam-manis. Tumbuh liar dan subur di hutan bekas terbakar, hingga hutan sekunder tua. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Biji pada buah masak bisa dimakan langsung.
- Batangnya sebagai bahan anyaman seperti tikar (oleh Dayak Iban).

Nama daerah:

Baronang (D. Katingan), **Petiti gunung** (Banjar), **Cuncung senggang** (D. Mentebah, D. Iban, D. Kantu), **Ubutiti** (D. Kenyah), **Asam senggang** (D. Iban), **Topah susu** (D. Tomun), **Suli takarak** (D. Kedori).

Gbr.216, Bunga yang sedang mekar di alam.

Gbr.217, Batang yang dikumpulkan untuk dibuat kerajinan tangan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Plagiostachys breviramosa* Cowley



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1-2,5 m, akar tak terlihat. Tumbuh liar dan subur di hutan primer dan bekas terbakar. Duduk daun berseling, jumlah daun 5-9 helai, lebar dan panjang 8-16 x 25-90 cm, menjorong panjang. Perbungaan muncul dari batang tengah tak berdaun, tangkai buah selalu 3 bonggol, panjang 8-15 cm. Kulit buah hijau kecoklatan, berbiji banyak bila masak hitam, aril biji rasa asam-manis sedikit pahit. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan bijinya.

Nama daerah:
Petiti tongkol tiga (Banjar), **Piling** (D. Kenyah), **Asam munung** (D. Iban),
Topah cunung (D. Tomun).

Gbr.218, Sekumpulan buah muda asam munung.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King



Famili/Suku : Zingiberaceae

Nama latin : *Plagiostachys crocydocalyx*

Poulsen A.D.



Tumbuhan herba, berumpun, tinggi 1-3,5 m, akar tak terlihat. Tumbuh liar dan subur di hutan primer hingga sekunder dan bekas terbakar. Duduk daun berseling, jumlah daun 5-12 helai, lebar dan panjang 8-18 x 25-110 cm, menjorong panjang. Perbungaan muncul dari batang tengah tak berdaun, tangkai buah selalu 1 bonggol, panjang 20-95 cm. Kulit buah kehijauan hingga kecoklatan, berbiji banyak bila masak hitam, aril biji rasa asam-manis sedikit pahit. Berkembang biak dengan biji dan rimpangnya.

Cara penggunaan:

- Buah masak bisa langsung dimakan bijinya.

Nama daerah:

Petiti tongkol panjang (Banjar), **Cuncung lagan** (D. Mentebah), **Suli beruang** (D. Katingan), **Piling** (D. Kenyah), **Asam kenyalang** (D. Iban), **Topah cunung** (D. Tomun).

Gbr.219, Buah dan bunga cuncung lagan.

Peta Distribusi Tumbuhan Edibel *Alangium ridleyi* King





Asal Nama Daerah

Nama daerah yang di gunakan berasal dari:

1

Kalimantan Timur menggunakan bahasa Kutai, Dayak Punan, Dayak Kenyah.

.....

2

Kalimantan Selatan menggunakan bahasa Banjar, Melayu.

.....

3

Kalimantan Tengah menggunakan bahasa Dayak Kahayan, Dayak Katingan, Dayak Tomun, Dayak Kedori.

.....

4

Kalimantan Barat menggunakan bahasa Dayak Mentebah, Dayak Kantu', Dayak Iban, Dayak Seberuang.

Kunci Makanan di Hutan

- Salah satu petunjuk dasar, jika ditemukan **buah** yang ada **bekas dimakan oleh Mamalia** (seperti Tupai, Monyet, Orangutan atau sejenisnya), berarti buah tersebut **tidak beracun** atau aman untuk dimakan. Namun, untuk cita rasanya tidak ada jaminan jenis buah tersebut enak atau tidak.
- **Di kelompok fungi/jamur yang tidak beracun** biasanya ditandai dengan adanya kehadiran **serangga** atau **Insek**, baik ketika mereka sedang makan atau hanya sekedar menempel atau terbang di sekitar jenis tersebut. Selain itu, jamur yang pada batangnya **tidak mempunyai volva/cincin penutup**. (*apabila ada volva/cincin jamur tersebut berarti jamur tersebut beracun, di sana pasti tidak ada Insek atau serangga*). Sebagai catatan yang dicontohkan di buku ini terdapat satu jenis jamur dari kelompok yang disebutkan di atas, namun dapat dimakan dan enak, yaitu jenis *Amanita princeps*. Dalam kasus ini, untuk jenis jamur, sebaiknya berkonsultasi dengan masyarakat lokal yang bermukim di sekitar hutan, mereka adalah pakar yang dapat memberikan informasi yang akurat (berdasarkan keahlian mereka sebagai peramu, budaya berburu dan meramu yang melekat pada budaya kelompok masyarakat lokal, terutama suku Dayak Kalimantan).

Berpeganglah pada prinsip di atas, niscaya akan aman dan selamat dalam memanfaatkan bahan makanan bersumber dari hutan Kalimantan.

Penutup

Hutan kita dan keanekaragaman hayati di dalamnya merupakan anugerah Tuhan yang tak terkira nilainya. Keanekaragaman hayati, tumbuhan dan satwa yang ada di dalam hutan memiliki banyak peran bagi kehidupan manusia. Bentuk pemanfaatan keanekaragaman hayati, ialah pemanfaatan tumbuhan sehari-hari seperti: Bahan bangunan, Kerajinan, untuk bahan obat, dan sebagainya. Tugas kita semua untuk mengkonservasinya dengan mempelajari, memelihara dan memanfaatkannya secara bijaksana.

Potensi tumbuhan yang bermanfaat di tanah air kita merupakan kekayaan berharga yang harus senantiasa dipelihara. Mempelajari dan memeliharanya bukan berarti tidak memanfaatkan potensi tersebut sama sekali. Pengetahuan tentang pemanfaatan pada beberapa jenis tumbuhan hutan juga akan menumbuhkan kepedulian masyarakat untuk mengkonservasi jenis tersebut agar tidak punah.

Ucapan Terima Kasih

Dengan mengucapkan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, maka atas perkenannya kami dapat merampungkan penulisan buku dengan judul: **“Rahasia Alam: Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Kalimantan”**. Dalam kesempatan ini kami menyajikan sebanyak 126 spesies tumbuhan yang terdiri dari jenis tumbuhan pohon, semak/perdu, liana dan termasuk jamur yang bisa dikonsumsi. Kami sadar masih banyak spesies yang belum tercatat di dalam terbitan edisi kali ini.

Pada kesempatan ini kami ucapkan banyak terima kasih kepada Bapak-bapak dan Ibu-ibu yang telah memberikan kontribusi di dalam penyusunan buku ini, baik dari sisi referensi dokumen, maupun kontribusi ide dan pemikiran, sehingga buku ini dapat diterbitkan.

Terimakasih kepada Bapak Dr.Ir.WTM.Smits dan Dr.Ir.Kade Sidiyasa (Almarhum), Beliau berdua bukan saja kami anggap sebagai Pimpinan, melainkan juga sebagai orangtua yang mengayomi, bahkan sebagai guru pembimbing terbaik dalam pekerjaan, banyak ilmu-ilmu yang kami terima dari Beliau berdua.

Ucapan terima kasih kepada Yayasan KEHATI dan TFCA Kalimantan yang telah bersedia mewujudkan terbitnya buku ini yaitu: Ibu Puspa Dewi Liman dan Bang Herman Suparman Simanjuntak.

Terimakasih juga kepada Teman-teman dari WWF-Pontianak, seperti: Sdr. Sugeng Hendratno (Alm.), sebagai rekan fotografer, Albertus Tjiu, Koordinator Program WWF Indonesia Kalimantan Barat yang banyak melibatkan kami dalam pengumpulan data lapangan di Kalimantan, juga telah mengidentifikasi empat jenis jamur di buku ini. Amri Yahya, juga kepada teman-teman lainnya yang sering menemani dalam kegiatan pengumpulan data di lapangan.

Terimakasih juga kepada segenap Pimpinan, serta seluruh staf, Karyawan Herbarium Wanariset Samboja, yang sudah memberikan ijin kepada kami untuk bisa belajar di sana selama ini, dan menggunakan fasilitas yang ada di Herbarium Wanariset Samboja, Kalimantan Timur.

Terimakasih juga kepada Para guru-guru kami semuanya, Para pengenal jenis tumbuhan lokal/nama daerah di lokasi kami melaksanakan riset dari Kalimantan Timur, Kalimantan Selatan, Kalimantan Tengah dan Kalimantan Barat. Secara khusus kami juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Netty Herawati, M.Si dari FISIP Universitas Tanjungpura Pontianak, yang telah merumuskan judul buku ini dengan keahlian beliau di bidang komunikasi.

Akhir kata, semoga buku ini bermanfaat bagi para pembaca, semua kebaikan ini dapat diterima oleh Tuhan sebagai amal sholeh untuk bekal di akhirat nanti. Amin.

Samboja, Oktober 2024

PENULIS

Daftar Pustaka

Kessler, Paul J.A and Kade Sidiyasa (1994) "Trees of the Balikpapan-Samarinda area" The Tropenbos Foundation Wageningen, The Netherlands.

Marjanin, M. dan Hadmadi (1980) "Botani jilid I" Sekolah Pertanian Pembangunan Yasaguna Jakarta.

Poulsen, Axel Dalberg (Royal Botanic Garden Edinburgh, 2006) "*Etlingera of Borneo*"

Soewanda Among Prawira, R. (1971) "Daftar nama pohon-pohonan bagian eksplorasi & Botani hutan".

Siong, Kueh Hong (2003) "Indigenous fruits of Sarawak", Forest Department Sarawak & ITTO (International Tropical Timber Organization).

Yayasan Pengembangan Tanaman Obat Karyasari. (2003) "Materi Pelatihan Tanaman Obat"

Biodata Penulis



Ambriansyah

Kelahiran tanggal 14 Maret 1968, di Samboja.

.....

Pendidikan

1. Tamatan Sekolah Dasar Negeri (SDN.) No.011, tahun 1983.
 2. Tamatan Sekolah Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTs.N) Samboja, tahun 1986.
 3. Tamatan Sekolah Pendidikan Guru Agama Negeri (PGAN) Samarinda, tahun 1989.
-

Pernah mengikuti Khursus “**Teknis Pembuatan dan Manajemen Herbarium**” diselenggarakan oleh UNESCO di Institut Nasional Penelitian Herbarium Luknow, (NBRI = National Botanical Research Institute) LUKNOW India. Pada tahun 2000.

Serta pernah dua kali mengikuti pelatihan tanaman obat di sebuah yayasan pengembangan tanaman obat herbal “KARYASARI” di Jakarta, yaitu; **Pelatihan Kelas Umum** dan **Pelatihan Diagnosa Penyakit**. Pada tahun 2003.

.....

Pengalaman Kerja

Terhitung sejak Nopember 1989 sampai dengan Januari 2002 (12 tahun), adalah sebagai Teknisi Botanisi pada MoF-Tropenbos Kalimantan Programme, di Wanariset Samboja.

Selanjutnya pada tanggal 1 Pebruari 2002 sampai dengan 27 Pebruari 2008 telah bekerja di sebuah Yayasan Penyelamatan orangutan BOS-Samboja Lestari sebagai Botanisi, bertanggung jawab sebagai Koordinator Persemaian, Pengelolaan Arboretum dan Tanaman Obat. Masih aktif di Herbarium Wanariset. Juga sering ditugaskan sebagai INSTRUKTUR Pengenalan Jenis Pohon, Panjat pohon dan Pembuatan Herbarium dalam pelatihan yang berkaitan dengan bidang kehutanan, khususnya tentang tumbuhan.

Biodata Penulis



Albertus Tjiu, S.Hut, M.Hut

Kelahiran tanggal 09 Februari 1972, di Sambas, Kalimantan Barat

.....

Pendidikan

- 2013 - 2015 : Sarjana S-2, Master di Fakultas Kehutanan, Jurusan Manajemen Hutan dan Konservasi, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat
- 1990 - 1996 : Sarjana S-1, Fakultas Kehutanan, Jurusan Manajemen Hutan dan Konservasi, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Kalimantan Barat
-

Pengalaman relevan:

- 1992 - 1996 : Staf peneliti di Laboratorium Silvikultur, Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura, Pontianak.
- 1993 - 1996 : Penelitian topik Silvikultur dan Jamur Endomikoriza di Fakultas Pertanian, Jurusan Kehutanan, Universitas Tanjungpura, Pontianak.
- 2000 : Pelatihan Taksonomi Tumbuhan dan Biologi Konservasi di DAS Mendalam, Taman Nasional Betung Kerihun di Kapuas Hulu.
- 2001 : Konsultan kontrak identifikasi specimen tumbuhan koleksi dari Taman Nasional Betung Kerihun di Herbarium Bogoriense, Bogor, Jawa Barat
- 2003 : Pelatih Dendrologi and Taksonomi di Fakultas Kehutanan, UNTAN.
-

Pengalaman Kerja

Sejak tahun 1996 – 2024 bekerja di Yayasan WWF Indonesia dimulai dari posisi sebagai tenaga honor lapangan untuk Asisten botani, Staf, Koordinator program, Project Leader dan terakhir menjabat sebagai Program Landscape Manager, di kantor WWF Sintang, Kalimantan Barat.

Indeks Nama Lokal

Abun	67
Abung bulu	42
Abung salen	107
Aciu	25
Adu	24
Adui	82, 84
Akar banar	116
Akar tatau	41
Anau	10, 15
Aping	10
Aqbung bileng	104
Ara	68
Ara buah akar	67
Asam bai	4
Asam cakala	119, 121
Asam garam	92
Asam kacang	92
Asam kali	120
Asam kecala	119, 121
Asam kenyalang	126
Asam keriang	19
Asam kupak	5
Asam mubuk	5
Asam munung	125
Asam patah	123
Asam pauh	4, 5
Asam piang	75
Asam putar	4
Asam senggang	122, 124
Asam simpur	119, 121
Asam tekala	119, 121
Asam tewu	4
Asam tingkas	9
Aur	86
Awai	69
Badal	99
Bajai	17

Bajei	17
Bakau	56
Bakin	64
Balangeran	21
Bambu betung	87
Bandang	8
Baran	2
Baronang	122, 124
Barunsu	16
Basap	31
Bayam batu	19
Bedang	8
Belali	7
Belalung	43
Belengkiang	100
Belenyok	28
Belimbing bala	78
Belimbing biai	78
Belimbing darah	78
Belimbing rambai	76
Belimbing tunjuk hutan	75
Belinju akar	44
Beliti	103
Belukung	119, 121
Bengkinang	31
Berangan pipit	42
Berenai	81
Beta	39
Betah lata	33
Bindang	8
Binjai	3
Bintangliti	25
Bintawa	60
Birai	16
Bluru	36, 37

Bondang	8
Bua	109
Bua embat	108
Bua kapas	89
Bua uwei	9
Buah bengalon	102
Buah hitam	28
Buah laki	104
Buah sabut	52, 53
Buku	86, 98
Bukuh	63
Bulu latung	87
Bulu pait	86
Bunau	56
Bungkang	72
Bunsi	52, 53
Bunyau	56, 58
Carang	77
Cempedak	63
Cuncung lagan	126
Cuncung senggang	122, 124
Cuncung sepatah	123
Dada	61
Dadah	61
Dara	103, 107
Daun kacang	92
Daun kare	95
Daun peksin	59
Daun sabun	101
Daun salam	72
Dian	51
Dian lei	48
Dian tuning	49
Dianda`un	50
Dibung	13

Indeks Nama Lokal

Dioan bala	47
Dirang	15
Doho	21
Dong`u	7
Dongin	64
Duhjan	51
Duku	98
Dupar	100
Durian	51
Durian enggang	49
Durin	51
Durit	51
Duwin	51
Ehau	99
Elang git	32
Embak	80
Embak beruk	82, 84
Embak emceriak	82, 84
Embawang	5
Empaci	47
Empahung	79
Empakan tingang	49
Empaken	48
Empaung	79
Emperingat	93
Engkala	46
Engkendang	68
Engkeri	14
Engkranji asam	33
Engkranji madu	34
Enkadan	69
Enkejirak	82, 84
Entaban	118
Entelang	25
Entimau	67
Gadung	29

Gandis	24
Ganyam	38
Gegama	101
Gelinggah	40
Gelinggang	40
Gembah	68
Gentelang	25
Gentuk	70
Gerinang	47
Gita	7
Gitaann	7
Hakam	16
Hanibung	13
Hapin	10
Harang-harang	30
Haur	86
Honau	10
Horakuang	54
Humbang	86
Idur	106
Isau balah	99
Isau bileng	98
Isau pot	100
Isu	49
Ite	25
Ja`ui	73
Jalin	89
Jambu baling	54
Jambu kera	54
Jambu monyet	54
Jamur kuping	18
Jamur mata kancil	115
Jari-jari	106
Jaring	33
Jaung	15
Jelemu	21

Jeloping	92
Jemutin	55
Jemuting	71
Jengger	117
Jengkol	33
Jentikan	82, 84
Jingau	117
Jola	9
Joring	33
Junjung	103
Kabada	19
Kajang	15
Kakali	78
Kalakai	20
Kalangkala	46
Kamayau	22
Kandis	24, 27
Kapul	80
Kapul susu	80
Karamuntik	55
Karamunting	55, 71
Karamunting jawa	71
Karison	68
Karumbai	76
Kasai	109
Kayar	44
Kayu arang	30
Kayu bawang	73
Kayu ilas	110
Kayu kacang	36, 37
Kayu malam	30
Kayu sirih	85
Kayu tuba	36, 37
Kedamu	22
Kekuk haruwai	104
Kelakai	20

Kelampai	32
Kelasih	77
Kelekedang	68
Kelembunyau	56
Kelesem	19
Keliat	44
Kelipting buhis	52, 53
Keliwon	80
Kelopai	32
Kelubut	77
Kemantan	4
Kemantan rusa	5
Kembangulat	44
Kembayau	22
Kemiding	20
Kemot	77
Kemundar	25
Kemuning	88, 89
Kemunting	55
Kendang	68
Kepala ruai	99
Kepala ruwai	105
Kepua	62
Keramat atang	116
Keramu	22
Keramunjan	16
Keranamun	104
KerANJI	33, 34
Keranjik	33, 34
Keranti	102
Kerantungan	50
Keremung`at	55
Keremunting	55
Keringat	93
Kesindu	73
Kesumpit	52, 53
Ketapi suntul	58

Ketatau	41
Ketepeng	40
Kian	60
Koledang	64
Kombai	10
Kondang	68
Korot	65
Kubal	7
Kueh jelawat	100
Kukur	106
Kulangkala	46
Kulat bencilung	90
Kulat bitak	18
Kulat boras	91
Kulat buntut	90
Kulat bura	91
Kulat cahop	90
Kulat engkarabak	90
Kulat hedet	18
Kulat kasut	90
Kulat kelabir	18
Kulat kelibir	18
Kulat lapik	18
Kulat luang	90
Kulat mata jane	115
Kulat putih	91
Kulat selang	91
Kulat sulit	91
Kulat telur	90
Kulim	73
Kulit karing	109
Kumanjing	24
Kundung	25
Kunjal	44
Kuranji papan	33
Kuranji pipit	34

Kusi	47
Lahang opit	42
Lahung	47
Lai	48
Lalundik	110
Lame	123
Lampesu	79
Lampesung	79
Lanjang	20
Lansat	57
Lemba	45
Lempasu	79
Lempauh	79
Lempaung	79
Lemping	92
Lengkuis	99
Lensat	57
Lepeso	79
Lepesung	52, 53
Lesat	57
Letup	77
Liang	104
Lihat	57
Limben	77
Linang	108
Lingkuis	99
Lirang	8
Loleh	14
Lompi bada	92
Lonsat	57
Luan	29
Lucung	119, 121
Lumuk	62, 111
Lumuk opan	68
Lunjai	13
Luntat	62
Luntop	65

Indeks Nama Lokal

Mahabai	114
Makahai	63
Mala	101
Mali	46
Mamala	101
Manggis	23
Manggis hijau	26
Maning	67
Maritam	107
Mata kucing	100
Mata landan	101
Mata pelanduk	83
Matoa hitam	109
Mawang burung	4
Mayan	76
Medang kajang	8
Mekai	59
Melajan	104
Melanjau	108
Meludang	116
Mengkahai	63
Menjalin	88, 89
Mentawa	60, 64
Mentawa cina	66
Meramum	108
Mergantung	36, 37
Merinjau	80
Merkiang	100
Merlilin	88, 89
Merpinang	30
Merudang	116
Miding	20
Mintun	52, 53
Moro	9
Mujan	16
Mujau	105, 106

Murin	98, 99
Nakan	63
Namun	104, 108
Nang`a	12
Nang`o	12
Ngansidal	85
Nibung	13
Niwung	13
Nyato pinang	114
Nyatoh	111, 113
Nyatoh panjang	112
Nyatu	111, 112, 113
Nyatuh	114
Nyatuk	111
Nyekak	48
Nyibung	13
Nyinyiuran	45
Ombak	80
Oyang	7
Pakan	48, 49
Pakis	17
Pakon	48
Paku	17
Paku bakei	74
Paku danum	17
Paku hati	74
Paku ikan	17
Paku manis	74
Paku tomparan	17
Paku tunjuk langit	74
Palamusuh	64
Pamparingat	93
Pandau	25
Pandau labi-labi	26
Pandung	12

Pangi	5
Pangkadat	69
Pangkarat	69
Pantok	12
Panyun	123
Papaken	48
Para hutan	32
Pasang	42
Pasi	31
Patak	44
Patik	119, 121
Patikala	119, 121
Paya	20
Pedar	46
Pehingan	65
Pelaciu	6
Pelajau	6
Pelampai	32
Peler ukui	101
Pelimping damek	52, 53
Penjalin	89
Penjalin batu	88
Perkeli	105
Petai hutan	39
Peti jangin	70
Peti leben	69
Petiti gunung	122, 124
Petiti kalan	123
Petiti tongkol panjang	126
Petiti tongkol tiga	125
Pi`a ba`i	54
Pi`ah	75
Piais	105
Piait	105

Pidang	93, 94
Pijais	105
Pik	18
Pilang	62, 65
Piling	125, 126
Pimping damak	52, 53
Pinat	70
Pingan	65
Pintau	60
Pisang babulu	70
Pisang hutan	69
Pisang kadan	69
Pongolan	28
Popa`an	48
Poring	86
Poring betung	87
Poring botung	87
Poring hijau	86
Potah	39
Potai	39
Potok	119, 121
Pria	75, 76
Prut keli	105
Puak	80
Puan	60
Pucuk bantal	116
Pudah	106
Puka	119, 121
Punang	62, 66
Punsin	45
Pusin	45
Rakat kijang	116
Rakuhi	99
Ramania hutan	1
Ramayat	76
Rambai tanah	81
Ramban	1

Rambutan gundul	110
Rambutan hutan	103
Rangan	16
Ranjang	77
Ranjing	108
Ransa	12
Rebai	76
Reruki	107
Riang batu	19
Ridan	16
Risi besar	10
Romba	45
Rotan merah	11
Ruas	72
Rukam	96, 97
Rukap	96, 97
Rumbai	76
Rupis	82, 84
Sababure	102
Sahwi	104
Saing	29
Salak hutan	16
Salam	23
Saleng	30
Sangeh	70
Sanggih	70
Sangkuba	59
Sapit undang	93
Sarawak	49
Sating	40
Sator	3
Sedawak	49
Selasih	77
Selantik	82, 84
Sem	5

Semambu	9
Sembabai	5
Sembilikan	92
Sengkai	59
Sengkuang	2
Sengkuang rahu	109
Sengkubak	59
Sepang	118
Serawak	49
Serdang	15
Seru	73
Serudang	116
Serugan	40
Seruwai	38
Sibau	103
Sikup	23
Silolang	42
Sindu	73
Singkup empiau	27
Sisirihan	85
Sodoru	73
Sokai	59
Songkai	59
Stei	80
Stroberi hutan	93, 94
Sukilang	92
Suli beruang	126
Suli bukap	123
Suli pelek	123
Suli takarak	122, 124
Suli tulang	120
Sumpatebu	24
Sumpit	52, 53
Sungkup	23, 25
Ta`ap	62, 65, 66
Tabau empelau	88

Indeks Nama Lokal

Taboyau	119, 121
Tai anak	50
Tamang	31
Tamanggu	81
Tampang merah	61
Tantubu	9
Tapang	61
Tarap	62
Tato	96, 97
Tebedak	63
Teboroh	46
Tebulus	46
Tekalung	66
Telasih	77
Telokah	109
Telunjuk iyap	101
Telunjuk iyap saleng	102
Temeranau	47
Tempili mata babi	42
Tempirik	7
Tenggarong	107
Tengkuhis	99
Tepo	120
Tepu	120
Terap	62
Terap daun dua	66
Terentung	50
Tertung	50
Tikuk sambuk	107
Tilang	66
Timau	67

Titida`an	103
Titidan	103
Tobodak	63
Tohi	79
Tokoi	50
Tongkai	50
Topah	120
Topah cunung	125, 126
Topah poji	123
Topah susu	122, 124
Torap	62, 64, 66
Torung	86
Tubuk	59
Tukan	45
Tutukun	120
Tuwei	14
Ubi jane	29
Ubutiti	122, 124
Ucung	78
Uducap	40
Umbing	78
Umbing kelep	81
Umbut riwa	14
Umbut ruwa	14
Uri	107
Urui	2
Uweh	72
Uwi ara	29
Walatung	11
Wangi	3
Wanyi	3

Indeks Nama Ilmiah

Genus/species	Halaman		
<i>Aglaia</i> sp.	56	<i>Calostoma insigne</i>	115
<i>Alangium ridleyi</i> King	28	<i>Canarium megalanthum</i> Merr.	21
<i>Amanita princeps</i>	90	<i>Caryota</i> sp.	10
<i>Archidendron jiringa</i> (Jack) I.C.Nielsen	33	<i>Castanopsis fulva</i> Gamble	42
<i>Artocarpus anisophyllus</i> Miq.	60, 66	<i>Castanopsis megacarpa</i> Gamble	43
<i>Artocarpus dadah</i> Miq.	61	<i>Curculigo latifolia</i> Dryand.	45
<i>Artocarpus elasticus</i> Blume	62, 66	<i>Dacryodes costata</i> (A.W.Benn.) H.J.Lam	22
<i>Artocarpus integer</i> (Thunb.) Merr.	63	<i>Daemonorops fissa</i> Blume	11
<i>Artocarpus lanceifolius</i> Roxb.	64	<i>Dendrocalamus asper</i> (Schult.f.) Backer ex Heyne	87
<i>Artocarpus nitidus</i> Trec.	61	<i>Dialium indum</i> L.	34
<i>Artocarpus odoratissimus</i> Miq.	65	<i>Dialium maingayi</i> Baker	35
<i>Artocarpus tamaran</i> Becc.	66	<i>Dialium platysepalum</i> Baker	35
<i>Auricularia auricula-judae</i> (Bull.) J.Schrot.	18	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (Duku)	98
<i>Baccaurea angulata</i> Merr.	78	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (Ehau)	99
<i>Baccaurea lanceolata</i> (Miq.) Mull.Arg.	79	<i>Dimocarpus longan</i> Lour. (Mata kucing)	100
<i>Baccaurea macrocarpa</i> (Mig.) Mull.Arg.	80	<i>Dioscorea hispida</i> Dennst.	29
<i>Baccaurea parviflora</i> (Mull.Arg.) Mull.Arg.	81	<i>Diospyros</i> sp.	30
<i>Baccaurea pyriformis</i> Gage	82	<i>Diplazium esculentum</i> (Retx.) Swartz	17
<i>Baccaurea</i> sp.	84	<i>Dracontomelon costatum</i> Blume	2
<i>Baccaurea tetrandra</i> Mull.Arg.	83	<i>Dracontomelon dao</i> (Blanco) Merr. & Rolfe	2
<i>Bambusa vulgaris</i> Schrad.	86	<i>Durio dulcis</i> Becc.	47
<i>Begonia</i> sp.	19	<i>Durio kutejensis</i> (Hassk.) Becc.	48
<i>Bellucia pentamera</i> Naudin	54	<i>Durio lanceolatus</i> Mast.	49
<i>Borassodendron borneensis</i> J.Dransf	8	<i>Durio oxleyanus</i> Griff.	50
<i>Bouea macrophylla</i> Griff.	1	<i>Durio zibethinus</i> Murray	51
<i>Bouea oppositifolia</i> (Roxb.) Meisn.	1	<i>Elaeocarpus glaber</i> Blume	31
<i>Calamus scipionum</i> Lour.	9	<i>Elateriospermum tapos</i> Blume	32
<i>Calamus manan</i> Miq.	9	<i>Embelia javanica</i> DC.	92
<i>Calamus ornatus</i> Blume	9	<i>Etlingera elatior</i> (Jack) R.M. Smith	119
<i>Callerya nieuwenhuisii</i> (J.J.Smith) A.Schot	41		

Indeks Nama Ilmiah

<i>Etlingera fimbriobracteata</i> (K.Schum.) R.M.Sm.	120
<i>Etlingera pyramidosphaera</i> (K.Schum.) R.M.Sm.	121
<i>Eugeissona tristis</i> Griff.	12
<i>Ficus obscura</i> Blume	67
<i>Ficus variegata</i> Blume	68
<i>Flacourtia indica</i> (Burm.f.) Merr.	96
<i>Flacourtia rukam</i> Zoll. & Moritzi	97
<i>Fordia brachybotrys</i> Merr.	36
<i>Fordia splendidissima</i> (Blume ex Miq.) Buijsen	37
<i>Garcinia mangostana</i> Linn.	23, 25
<i>Garcinia nitida</i> Pierre	24
<i>Garcinia parvifolia</i> (Miq.) Miq.	25
<i>Garcinia</i> sp.	26, 27
<i>Gnetum gnemonoides</i> Brongn.	44
<i>Haematocarpus subpeltatus</i> Merr.	59
<i>Helminthostachys zeylanica</i> (L.) Hook.	74
<i>Hornstedtia affinis</i> Ridl.	122
<i>Hornstedtia havilandii</i> K. Schum.	123
<i>Hornstedtia</i> sp.	124
<i>Inocarpus edulis</i> Forst.	38
<i>Inocarpus fagifer</i> (Parkinson) Fosberg	38
<i>Lansium domesticum</i> Correa	57
<i>Lentinus sajor-caju</i>	91
<i>Lepisanthes amoena</i> (Hassk.) Leenh.	101
<i>Lepisanthes fruticosa</i> (Roxb.) Leenh.	102
<i>Litsea garciae</i> Vidal	46
<i>Madhuca motleyana</i> (de Vriese) Baehni	111
<i>Madhuca pierrei</i> Van den Assem	112
<i>Madhuca sericea</i> (Miq.) H.J.Lam	113

<i>Mangifera caesia</i> Jack	3
<i>Mangifera pajang</i> Kosterman	4
<i>Mangifera torquenda</i> Kosterman	5
<i>Melastoma malabathricum</i> L.	55
<i>Microcos crassifolia</i> Burret	52
<i>Microcos cinnamomifolia</i> (Burret) Stapf ex P.S.Alshton	52
<i>Microcos tomentosa</i> Sm.	53
<i>Micromelum minutum</i> (Forst.f.) Wight & Arn.	95
<i>Musa campestris</i> Becc.	69
<i>Musa</i> sp.	70
<i>Nephelium cuspidatum</i> Blume	103
<i>Nephelium laurinum</i> Blume	104
<i>Nephelium maingayi</i> Hiern	105
<i>Nephelium mutabile</i> Blume	106
<i>Nephelium ramboutan-ake</i> (Labill.) Leenh.	107
<i>Nephelium uncinatum</i> Radlk.ex Leenh.	108
<i>Oncosperma horridum</i> (Griff.) Scheff.	13
<i>Palaquium stenophyllum</i> H.J.Lam	114
<i>Parkia speciosa</i> Hassk.	39
<i>Passiflora foetida</i> L.	77
<i>Pentaspadon motleyi</i> Hook.f.	6
<i>Piper aduncum</i> L.	85
<i>Plagiostachys breviramosa</i> Cowley	125
<i>Plagiostachys crocydocalyx</i> Poulsen, A.D.	126
<i>Plectocomiopsis geminiflora</i> (Griff.) Becc.	14
<i>Ploiarium elegans</i> Korth.	117
<i>Poikilospermum suaveolens</i> (Blume) Merr.	118
<i>Polidocarpus majadum</i> Becc.	15
<i>Pometia pinnata</i> var. <i>glabra</i> Forst.	109

<i>Rhodomyrtus tomentosa</i> (Aiton) Hassk.	71
<i>Rubus moluccanus</i> L.	93
<i>Rubus rosifolia</i> Sm.	94
<i>Salacca affinis</i> Griff.	16
<i>Sandoricum koetjape</i> (Burm.f.) Merr.	58
<i>Sarcotheca diversifolia</i> (Miq.) Hallier f.	75
<i>Sarcotheca rubrinervis</i> Hallier f.	76
<i>Scorodocarpus borneensis</i> (Baill.) Becc.	73
<i>Senna alata</i> (L.) Roxb.	40
<i>Smilax odoratissima</i> Blume	116
<i>Stenochlaena palustris</i> (Burm.) Bedd.	20
<i>Syzygium polyanthum</i> (Wight) Walp.	72
<i>Whitfordiodendron</i> <i>nieuwenhuisii</i> (J.J.Sm.) Dunn	41
<i>Willughbeia coriacea</i> Wall.	7
<i>Xanthophyllum obscurum</i> A.W.Benn.	88
<i>Xanthophyllum stipitatum</i> A.W.Benn.	89
<i>Xerospermum noronhianum</i> (Blume) Blume	110

Glosarium

Adventif	Akar yang tumbuh dari bagian tanaman selain akar tanaman itu sendiri, biasanya dari batang
Aril	Daging buah
Asimetris	Tidak sama besar
Cauliflorous	Pembuahan yang keluar pada bagian batang pohon
Cuping	Kelopak buah
Empulur	Taringan yang terdapat di batang tumbuhan berpembuluh yang tersusun dari sel-sel parenkim
Eugenol	Kandungan zat pada tumbuhan
Flagellum	Cambuk berduri yang keluar dari batang rotan
Flavonoid	Kandungan zat pada tumbuhan
Gloucos	Warna keputihan pada bagian bawah daun
Gubal	Kayu bagian dalam kulit
Lentisel	Bintik-bintik yang terdapat pada kulit luar batang
Mandai	Bagian kulit dalam buah yang tidak berbiji
Okulasi	Teknik perbanyakkan tanaman secara vegetatif dengan menempelkan mata tunas dari satu tanaman ke tanaman lain yang kompatibel
Petiole	Tangkai daun
Rachis	Cambuk berduri yang keluar dari ujung tangkai rotan yang berdaun
Ramiflorous	Pembuahan yang keluar pada bagian dahan & ranting pohon
Rebung	Bagian yang muda dari tunas bambu
Rimpang	Umbi dari tumbuhan keluarga Zingiberaceae
Silindris	Menyelinder, membentuk pipa
Sitral	Senyawa kimia yang merupakan campuran neral dan geranial, dan memiliki aroma dan rasa lemon yang kuat
Soliter	Tunggal, menyendiri, tigak lebih dari satu dalam satu tangkai
Tanin	Kandungan zat pada tumbuhan
TFCA Kalimantan	Tropical Forest Conservation Act Kalimantan
Umbut	Bagian yang lemah, lunak dalam tumbuhan palem
WWF	World Wide Fund for Nature
Yayasan KEHATI	Yayasan Keanekaragaman Hayati

Kalimantan terkenal dengan keanekaragaman spesies, baik tumbuhan maupun satwanya. Untuk keragaman jenis tumbuhannya dari sisi etnobotani, khususnya untuk spesies yang bisa dimanfaatkan sebagai bahan pangan, tersaji dalam buku Rahasia Alam: "Eksplorasi Kuliner Liar dari Belantara Jantung Kalimantan" yang memuat 126 jenis dengan berbagai jenis bentuk hidup seperti pohon, semak/pohon kecil, liana/tumbuhan memanjat, termasuk jamur.

Sebagian besar spesies ini dimanfaatkan bagian batang, daun, bunga, buah dan bijinya, bahkan akarnya. Jenis yang dapat langsung dikonsumsi (60 jenis), dan sebagian lagi harus diolah terlebih dahulu dengan cara dimasak (27 jenis) serta kombinasi dari keduanya, bisa dimakan langsung ataupun dimasak (29 jenis).

Dalam eksplorasinya, secara geografis informasi yang berhasil dikumpulkan ini mencakup empat provinsi yang ada di Kalimantan, yaitu: Kalimantan Timur, Kalimantan Selatan, Kalimantan Tengah dan Kalimantan Barat.

Buku ini sangat baik, terutama bagi para penjelajah hutan belantara tropis di Kalimantan yang memiliki hobi untuk mengenal dan mempelajari, serta memanfaatkan jenis-jenis yang bisa dikonsumsi selama perjalanan lapangan, sekaligus bisa sebagai panduan untuk bertahan hidup di alam liar (survival).

