

na inavuy i Pinuyumayan

ini na inavuy na kinakuwa mu, nintaw aekanan za Pinuyumayan  
a marapazangazangal na akanen, zi pakamelri ulringulr nantu vali a  
dinaderu. ulra a zuma na zekalr a “ vinariyaw ”, “ inavuy ” kema, iniyam na  
Tamalrakaw mu, a inavuy kema mi, i Tamalarakaw nu karawakan  
zi ’amiyan mu, nu penalalisi zi nu ’amiyan kazu a semasaharan, mawmau  
ini na inavuy na ’avay nanta akanen. a Tamalrakaw a aidan ziyan mu, nu  
meredek na ’amiyan, karawakan penalisi pituwa wariyan, ’azi ta ’a’azi  
kurelrang mapiya kana kakudayan ziyan kemani na wariyan. ’ema’avay  
kana inavuy, ’alra nu kemakuda i palakuwan na zinekalranan mu,  
mavangavang za kiyakarunan i zekalr. iniyan za wari mekan zi mekan  
kanini na inavuy na ’avay pu’av za tiyalr. na pametratremetr kana inavuy nu  
melaliputr mu, ulra na zuma tu pametremetray za unip, radis, saytaw, kusay.  
ulra na zuma tu pametremetray za ’alum na lriyung. na kemani mu  
maraimaramaran ulringulr. nu demadaway kana inavuy ’azi’a’azi miturus  
zantu kuret na laliputran. semavesav kana rengas, lavilru zi trava’i na puran  
ta sasilra’aw vetatevet kana niliputr na ’avay.

ta pazeremanay ziyan na ziketran sa’esungan zi ta ilangaw temu’emu,

iavak i luvuk tu eretraw temenges, ta tre’etre’aw temeres tu z anum vaketratr  
na ’emu. kemazu zi ta ramesaw na ’emu, ta puzanumay za saema minu’  
palru za mazekezeketr zalrekitr. kinakeret kemakitekiteng, ta ledeledaw  
dilrapilrapi’, pinametremetran kana nilungun na ’alum, unip, kusay tu  
kakepelaw. ta liputraw kana lavilru zi kana rengas peniya, ta avakaw kana  
lranseng demeru. karuwa parekazuwa tuki, zi ta pakalritekaw lra mu,  
maruwa ta lra mekan. a ’avay za Pinuyumayan sazu nu kemata mu,  
mawmau ini na inavuy na marapazangazangal nantu trima’, imaran zi  
ulringulr, na maw ziyan mekan na lavang mu, purengalangalay. uwa!  
imaran! imaran! imaran! puitras za ’atrngalran. imaran! imaran!  
imaran! kema. mawmu, nu maekan u, puekalu nantu vira’ na rengas! tu vira’  
kana lavilru mu, ipuwaelaki! maruwa ta mekan kana vira’ na lavilru, nu sazu  
ta inekan na inavuy mu, ’azi merevak ta tiyalr.

（文章大意 僅供參考） ※字數限 200 字

### 卑南族的月桃粽

月桃粽是傳統食物。有些部落稱它為「binaliyaw」，初鹿部落則稱它是「inavuy」，此為小米收穫祭典中重要的主食。早期收穫祭共七天，忙於祭儀，沒有時間坐下來吃飯，就以「inavuy」來填飽肚子。

月桃粽的食材為糯米、香菇、花生、蘿蔔絲及韭菜等，製作過程先後順序必遵守，如：洗淨備月桃葉、甲酸漿及檳榔葉鞘當繩子，將糯米泡水、磨漿，裝布袋重壓成團形糕狀，經搓、揉、包餡，再用甲酸漿葉、月桃葉包起來，以蒸鍋蒸熟食用。