

tu pinalepuk na Pinuyumayan

ini na pinalepuk na 'avay mu, mau ninta inaekan na Pinuyumayan kinaawacanan di mau nanta kinapadangal di, marekamelrimelri tu liwlrán. ulra na duma dekalr tu pungadanay kana “binaliyaw”, inta na Kasavakan mu, tu pungadanay da “pinalepuk” kema. mau nu kapalisiyanan ta i dekan mu, 'ema'avay ta da pinalepuk, mau nanta kinakapadangal na 'avay.

a awac diya nu pacepa ta data kapalisiyanan i dekalr, ma'avay ta kanini na pinalepuk, man kemadu diyamaw nu kakuwa ta mu, mau nu kapalisiyanan ta i dekalr, kaadu i palakuwan mavangavang pida wariyan na ma'inayan, uniyán da wari muruma' mukasa mekan kantu rinuma'enan di, na rinuma'enan lra mu, 'ema'avay putavuwán kanini na “pinalepuk”. pupalakuwan kana ma'inayan, muwaraka datu ulepan tu sare'edan kema.

nu ma'avay ta kana pinalepuk, ulra na lrikecan, na padiw, na dalis, na saypu di na kusay. nu uri 'a'avay ta mu, paduru ta diya da vira', na lriyapuy di mau na lavilru di, ta tu kasakasayaw semavesav di, paduru ta kana cava'i data tatilu' venetevet.

semilrum ta diya kana lrikecan, aruwa parekaduwa wariyan di, ta ilangaw lra, ta puwanay kana luvuk di ta tengesay emarec di, ta puwanay i

makaicas kana iliyaw di, ta pakacasay da aludun na varasa' penere' di, nu carangan lra mu, ta inu'aw pakaapeapelr di, ta kepelaw kemasayasaya di, ta puwayay paduk kana lininglingan na tiwngan lra, na padiw lra, na kusay lra, na radis lra di ta keperaw diya pucalawcalaw na 'emu, piya ta lra mu, ta cavuwaw kana lavilru, pakalikudan lra mu, cinavu lra kana vira' na lriyapuy di, tu ayalaw puwa i langseng di ta deruwaw lra i 'avuwán, adi repidan nu demeru ta, aruwa parekaduwa tuki mu, maderu lra, ta payasaw pulusu i 'avuwán, adi ta pakasawarliyan i 'avuwán, munu muini' dadu, ta puvaliyaw diya pakalritek di, maruwa ta lra mekan, tu imaranan mu, purengalay ta pakirev. tu 'avay na Pinuyumayan sadu di marekamelrimelri tu liwlram, mawmau na pinalepuk, pukasa marekamelri tu liwlram, a say na palrivak patalram mekan kana pinalepuk na 'alra'alra mu, tu semangalan datu pinatalraman di tu inekanan, payas pupana kantu 'acengadan di tamuni marengay da “cang! cang! cang” kema tu semangalan.

## 卑南族的月桃粿

月桃粿是卑南族極為重要及特殊的風味料理。有些部落稱 binaliyaw，建和部落稱 pinalepuk，為祭典中重要的主食。早期卑南族祭儀活動大家必須參與，男人因忙於祭儀都待在巴拉冠，沒時間回家跟家人共餐，家人以 pinalepuk 送到會所讓男人填飽肚子，以慰勞辛苦。

月桃粿的食材為糯米、香菇、花生、蘿蔔絲及韭菜等，製作過程必遵守先後順序，如：洗月桃葉、甲酸漿及備繩子。卑南族的米糕多樣又多種口味，「月桃粿」是外客初次嘗過後，無不拿出大姆指稱讚其美味！