

【草花の部屋】

ソラマメ (マメ科ソラマメ属 *Vicia faba*)

和名：ソラマメ(蚕豆、空豆)

別名：ノラマメ(野良豆)、ナツマメ(夏豆)、テンマメ(天豆)、コヤマメ(高野)他

英名：Broad bean、Horse bean

マメ目 一年越年草

原産地：地中海、西南アジア

花言葉：永遠の楽しみ、憧れ

花色：白と紫の複色



← 写真-1 ソラマメ

撮影日：2021年4月30日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん

↓ 写真-2 ソラマメの葉

撮影日：2021年3月30日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん



← 写真-3 ソラマメの果実

撮影日：2021年4月30日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん





←写真-4、5 ソラマメの花
撮影日：2021年3月20日
撮影場所：大和郡山市郊外にて
撮影者：Mさん

大和郡山市郊外の家庭菜園でみかけました。

家庭菜園でも育てやすい野菜で、10月頃にタネをまくと翌年の6月頃から収穫できます。豆が大粒の品種と中粒の品種があり、収穫は、大粒の品種の方が若干、遅くなります。

ソラマメは初夏の味覚の代表でもあり、ビールのお供として人気の野菜です。日本では、主に完熟前の豆を食べますが、海外では、完熟したものを乾燥させ、煮豆などに使用されるそうです。

たんぱく質、ビタミンB群、ビタミンC、鉄分が豊富ですが、「ソラマメが美味しいのは3日だけ」といわれるほど、鮮度が落ちやすい野菜です。収穫後、さやから出すとすぐに鮮度が落ちるので、収穫したら早いうちに塩ゆですると良いそうです。

和名の由来は、豆の莢(さや)が空に向かって伸びることから「空豆」、形が繭(まゆ)に似ていることから「蚕豆」とも書きます。

茎は株元からよく枝分かれして、断面は中空四角形で直立し、葉は互生する偶数羽状複葉です。葉腋に白～淡い紫色に黒い斑紋がある蝶形花が1～5個つきます。果実は扁平な長楕円形の豆果で、直立して付き、種子(豆)は2～4個入り、大きくて扁平な腎臓形です。自立できる点や豆果が上に向かって付く点は、ツル植物が多いマメ科の草本としては、例外的な存在のようです。ただし、空を向いていた莢は熟してくると地面に平行になるか、下を向きます。

<ちょっと一言>

*ソラマメは世界で古くから広く栽培されている原種が不明の栽培種。多数の栽培種があります。