

## 【草花の部屋】

ブロッコリー (アブラナ科アブラナ属 *Brassica oleracea* var. *italica*)

**和名**：メハナヤサイ (芽花野菜、芽花椰菜)、

ミドリハナヤサイ (緑花野菜、緑花椰菜)

**別名**： **英名**：Broccoli

アブラナ目 一年草 **原産地**：イタリア

**花言葉**：小さな幸せ **花色**：黄



← 写真-1 ブロッコリー

撮影日：2021 年 3 月 7 日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん



← 写真-2、3 ブロッコリーの花

撮影日：2021 年 3 月 7 日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん





← 写真-4 ブロッコリーの蕾

撮影日：2021年3月7日

撮影場所：大和郡山市郊外にて

撮影者：M さん

▽ 写真-5 ブロッコリーの葉

撮影日：2021年3月7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見かけました。

ブロッコリーは、キャベツの一種が突然変異や品種改良を経て、花の蕾を食用に改良した植物です。17世紀初めにはヨーロッパ各地へ広まったようですが、今日のようなブロッコリーが栽培されるようになったのは19世紀に入ってからで、このころアメリカに伝わっているそうです。日本へは明治時代～大正時代に渡来したそうですが、当時は一般には普及しなかったようです。

葉は長楕円形で螺旋状につき、節間がよく伸長し立性となります。肥厚した茎の先に緑色の蕾をつけます。蕾はヘッドともよばれ、1本の主茎と側生する花序からなり、先端が著しく肥厚します。花芽は花柄の伸長前にはできていて、複総状花序で、花序の基部には苞葉があります。

野菜ですが、蕾を食べるため「エディブルフラワー」ということもできます。蕾と茎は、シスープやシチューの具、炒め物、天ぷら、糠漬け(主に茎)にして食します。ビタミンB、ビタミンC、カロテンや鉄分を豊富に含みます。日本では茹でてマヨネーズなどの調味料をつけて食べることも多く、欧米ではサラダなどで生食されることも少なくないそうです。近年、ブロッコリーの新芽、ブロッコリースプラウトが栄養価の面でも注目を集めていて、ガンの予防にも効果があるといわれているそうです。

ブロッコリーと同じくキャベツからの変種にカリフラワー(*Brassica oleracea* var. *Botrytis*)がありますが、ヨーロッパ各地へ広まったころはまだブロッコリーとカリフラワーとの区別されていなかったそうです。生育初期は、両種の見分けが難しい植物です。

<ちょっと一言>

\*カリフラワー(Brassica oleracea var. Botrytis)

**和名**：ハナヤサイ(花野菜、花椰菜)、ハナカンラン(花甘藍)

**原産地**：不明

\*ブロッコリーとカリフラワー

- ・両種ともキャベツの変種で、突然変異や品種改良を経て、蕾を食用に改良された植物と言われていますが、生育初期の見分けは難しい植物です。
- ・ブロッコリーは蕾を収穫した後も、脇芽を伸ばし新しい蕾をつけますが、カリフラワーは蕾を収穫した後は、脇芽が出ないので新しい蕾をつけません。