



豆瓣菜

Nasturtium officinale R. Br.

▼ Watercress

屬名：水田芥屬

別名：西洋菜、水旱菜、水生菜

生長型態：多年生草本植物

光照：全日照

繁殖季節：春季或秋季

繁殖方式：種子繁殖、扦插繁殖

溫度：涼溫氣候

土壤條件：適應性強

水分管理：喜潮濕環境

植株性狀與生育習性

豆瓣菜為喜愛潮濕的多年生水生草本植物，繁殖力強，只要將莖浸泡於水裡，很容易就會發根，因此也是野性相當強的作物，通常聚集生長在各地的水邊或潮濕地帶。植株高約20~40cm。光滑無毛。莖匍匐或浮水生，多分枝，節上生不定根。葉寬卵形或近圓形，長2~3cm，寬1.5~2.5cm。白色花總狀花序、頂生。

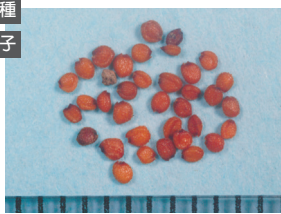
應用

富含維生素A、B、C，整個生長季節都可採集其嫩莖葉炒食或作沙拉材料。

主要化學成分

葡萄糖豆瓣菜素 (gluconasturtin) 及維生素A、B、C，蛋白質，脂肪，醣類 (葡萄糖，蔗糖，果糖)，有機酸等。

種子



子葉

