



蕪菁

文/圖 朱雅玲

- 科 別：十字花科
學 名：*Brassica rapa* L.
英 名：Turnip
別 名：蔓菁、盤菜、圓根

蕪菁原產於地中海沿岸及阿富汗、巴基斯坦、外加高索一帶，性喜冷涼，不耐暑熱，生育適溫約12°C-22°C。其肉質根皮有白色、淡紅色和紫紅色等，肉色有白色及淡金黃色等。組織柔嫩，煮食風味佳，含人體必需氨基酸、維生素A、B、C及膳食纖維，而內含硫化葡萄糖苷物質，具有增進食慾，幫助消化作用，為具有發展潛力之新興蔬菜。

ISSN 0257-5469



9 770257 546002

GPN 2008100039

定價 每本新台幣20元