

A-59 春菊の食用適期とビタミン無機質含量との関係  
郡山女子大家政 〇足利千枝 五十嵐彰子

目的 春菊は地中海沿岸地方の原産で、我が国へは中国を経て伝わり、現在では全国的に栽培され、特有の香気があり、緑葉野菜として重要がられている。朝鮮料理ではサラダ菜と同様に生食として用いられているので、ビタミン類の給源として生食の食用価値を考えると共に、現在市販の春菊の栄養価について考察したい。またあく成分との関係から蔬菜の無機成分として重要なカリウムが、他の無機成分及びビタミン含有量に及ぼす影響を調べた。

方法 実験試料は春菊栽培に最適とされている肥料により栽培したものを標準としこの肥料よりカリウムを全く除いた肥料により栽培したものを無カリウム栽培とした。カリウムの定量は過式分解して炎光度計により、蔞酸は過マンガン酸カリウムによる滴定法、鉄はフェナントロリン比色法によって定量した。ビタミンB<sub>1</sub>の定量はブロムシアンを用いるチオクロム還元法、ビタミンB<sub>2</sub>はルミフラビン還元法、ビタミンCはヒドラジン比色法によった。

結果 春播き及び秋播きの標準肥料栽培の春菊のビタミン含有量は、草丈の延びた開花前の播種後55~65日が最も多く、ビタミンB<sub>1</sub> 0.17~0.19 mg%, ビタミンB<sub>2</sub> 0.11~0.14 mg%, 総ビタミンC 74.3~92.0 mg%であった。8月に播種したものは成長も悪く、ビタミン含有量も低かった。幼葉はビタミン含有量やや少いが、蔞酸等あく成分も少なく生食に適していると思われる。無カリウム栽培ではビタミンB<sub>2</sub>含有量が標準栽培より3倍近く多く蔞酸量も多い。市販春菊のビタミン含有量は一般に低かった。