



パセリは、どうして^{にが}苦いの

苦味は、パセリが^み身を守るため

パセリは、セリの^{なかま}仲間に入る^{はい}植物で、オランダゼリともよばれます。日本では、^は葉が^ま巻いて、ちぢれている^{しゅるい}種類が、^{おお}多くさいばいされています。

パセリは、その^{とくゆう}特有の^{におい}かおりや、^{すこ}少しある^{にがみ}苦味がおいしいということで、^{しょくよう}食用にされています。パセリが、なぜ^{にが}苦いのかというわけは、はっきりとはわかりません。でも、パセリを^た食べる^{むし}虫や、ほかの^{どうぶつ}動物から^み身を守るために、^{にがみ}苦味をもつようになったのではないかと^{かんが}考えられています。

パセリの^{あじ}味の^{せいぶん}成分

パセリは、^{いま}今から^{すうせんねんまえ}数千年前の、^{じだい}ギリシャ、^{こうみりょう}ローマ時代に、^{どくけ}香料や、^{つか}毒消しとして、使われていました。そのために、さいばいもされていたのです。

パセリのかおりの^{せいぶん}成分である、^{くち}アピオールは、^け口のおい^{かん}を消し、さっぱりした^{かん}感じをあたえます。そのため、^{こうみりょう}香料として、^{むかし}昔から^{つか}使われてきたのです。

アピオールは、^{くすり}キニーネという^{だいようひん}薬の^{つか}代用品としても、使われてきました。キニーネは、^{ねつびょう}力が^{とっこうやく}うつす、おそろしい^{にが}熱病の^{にが}マラリヤによく^{にが}きく、^{にが}特効薬です。キニーネは、とても^{にが}苦い^{くすり}薬として有名ですが、パセリには、その^{にが}苦さは、ありません。

パセリには、このほかに、^{ディー}カロチン(ビタミンDのもとになる^{せいぶん}成分)や^{スイー}ビタミンC、^{てつ}カルシウム、^{おあ}鉄、^{からだ}カリウムを多くもっていて、^や体によい^{さい}野菜といえます。(監修・矢野 亮)

