

アブラナ科スプラウトのアスコルビン酸含量 ービタミンCを豊富に含むスプラウト用素材カリフラワーー

技術の特徴

・アブラナ科アブラナ属のカリフラワーのスプラウトは他のスプラウトと比較してビタミンC含量が高く、同類のブロッコリースプラウトと比較しても新鮮重あたり1.4倍以上高い。植物工場等の屋内で安定して生産でき、サラダ等のビタミンCの摂取量を高める新鮮野菜素材として有用である。

研究の内容

・日本国内で生産される葉物野菜の約64%はキャベツ、ハクサイなどのアブラナ科植物であり、また市販スプラウトも大半はアブラナ科に属する。アブラナ科野菜は他の葉物野菜と比較してアスコルビン酸(ビタミンC)が高い特徴があり、ビタミンCはポリフェノールなどの酸化防止成分として有効であることから、アブラナ科スプラウト36種についてアスコルビン酸含量の測定を行った(図)。



カリフラワー ブロッコリー ダイコン
写真 スプラウト(例)

今後の展開

- ・栽培条件によるアブラナ科スプラウトのビタミンC含量の変動調査。
- ・スプラウトに利用可能なカリフラワー品種の選抜。

参 考

- ・澤井祐典ら, アブラナ科スプラウトのアスコルビン酸含量, 食科工, **61**(6): 218-222 (2014).
- ・澤井祐典, NMRによる茶成分の抗酸化機構の解析ー安定ラジカルとポリフェノール類との反応ー, 野菜茶業研究所研究報告, **6**: 23-58 (2007).

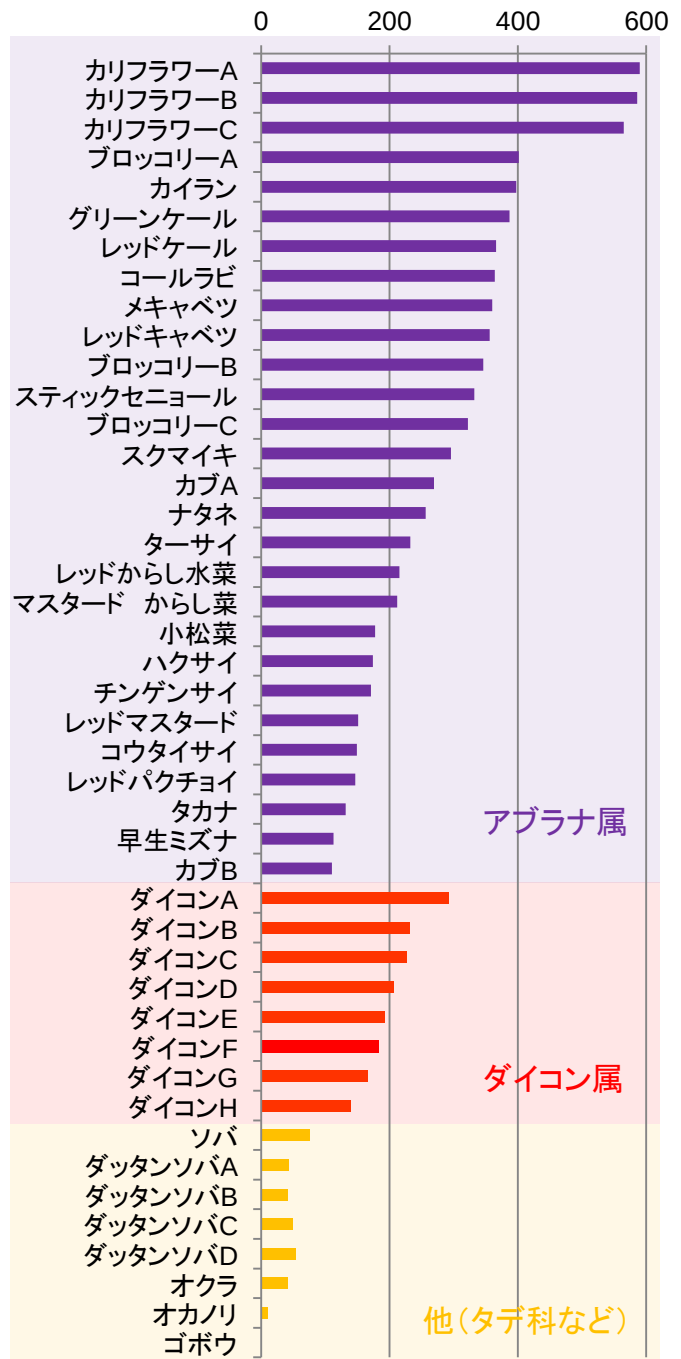


図. スプラウトのL-アスコルビン酸含量 (μg/g-FW)
9日間栽培
(3日間暗所で発芽させ以降室内の自然光で栽培)