

## 香港電台第五台《長進課程》街市字典第五集

### 蔬菜篇 - 葉菜（西芹和芫荽）

西芹和芫荽都屬於繖形科植物，繖形科植物通常具有濃烈的味道，有些甚至有毒。

植物的氣味有多種用途：

- 甜香味吸引傳粉者
- 辛辣和苦味則可以驅趕捕食者和殺菌

#### 西芹和芫荽的特點

西芹的主要香味來源是丁基苯酞（芹菜甲素）和瑟丹酸內酯。芹菜甲素可用於治療缺血性中風。西芹富含膳食纖維、胡蘿蔔素、維他命 C、E 和 K，是一種有益的蔬菜。雖然西芹含有對健康有益的成分，但不應過度食用以期待醫療效果。醫療用途的芹菜素是經過提煉和純化的。

芫荽對某些人來說有一種特殊的味道。研究發現，這與 **OR6A2** 嗅覺受器基因有關。基因變異可能導致部分人群在食用芫荽時感受到其他人無法察覺的不愉快味道。

西芹和芫荽都原產於地中海到中東一帶。芫荽的正名是"胡荽"，據傳是張騫出使西域時帶回中國的。後來因為同音避諱而改稱"芫荽"，再後來改為"元茜"，最終演變為現在的名稱。

西芹是歐洲在 17 至 18 世紀對傳統芹菜進行長期改良後出現的品種。它最早於明朝傳入中國，但直到 20 世紀 70 年代後期才在中國大規模種植。

"胡"字在蔬菜名稱中通常表示該蔬菜是由西北陸路引入的，如胡瓜（青瓜）、胡桃（合桃）、胡豆（豌豆）等。西芹的"西"字並不表示它來自西方，而是用來區分它與傳統的唐芹（一種更細小、香味更濃烈的芹菜品種）。

通過了解蔬菜的名稱，我們可以探索到許多有趣的歷史和文化信息。這些知識不僅豐富了我們的見聞，也讓我們對日常飲食有了更深入的理解。