

高維生素 C 及葉酸之苦瓜新品種

作者：全中和 副研究員
作物改良課
園藝研究室
電話：03-8521108 轉 300

前言

苦瓜 (Bitter gourd) 又名錦荔枝、癩葡萄、癩瓜等，學名為 *Momordica charantia* L. 屬葫蘆科，一年生蔓性草本作物，原產於亞洲熱帶地區，主要栽培於亞洲，為東方蔬菜之一。台灣地區年栽培面積超過 2,000 公頃，營養價值高，為重要瓜類蔬菜。由於多元化食用方式及養生保健食品盛行，育成營養價值高，品質好的蔬菜品種是重要之育種目標。夏季重要蔬菜-苦瓜含葉酸及維生素 C 等營養成份。葉酸 (造血維生素，維生素 B9) 和維生素 B12 關係密切，為造血系統中的重要物質；骨髓中紅血球之合成所必須；亦與蛋白質合成有關。維生素 C 則是合成 Collagen (膠原蛋白) - 以形成軟骨、骨質、牙釉質及血管上皮的重要基質；維持結締組織之正常；具參加體內氧化還原反應；製造腎上腺類固醇激素...等功能。本場於民國 94 年育成苦瓜新品種「福寶-花蓮一號」之後，95 年再利用與花蓮 1 號同源之親本育成淡白綠色山苦瓜新品種「晶玉-花蓮二號」。此 2 品種經過成份分析，發現其維生素 C 及葉酸之含量皆高出栽培種大苦瓜及野生苦瓜甚多 (表一)，以下即針對此 2 品種作介紹。

苦瓜新品種「福寶-花蓮一號」

花蓮一號為一代雜交 (F1) 品種，是花蓮縣吉安鄉收集之山苦瓜地方種純化之優良品系，經過雜交、F1 雜交組合力比較試驗、品系比較試驗、區域試驗及田間病害調查、栽培密度試驗、截切力測定、官能品評等選出之 WB9 品系，於民國 93 年秋向農糧署申請新品種審查，94 年 1 月 10 日取得品種權，命名為苦瓜花蓮一號，商品名「福寶」。新品種果色綠色，具有雌花早開，具早熟性，生長勢強，雌花率高，結果力強，截切值適中，食用品質佳等優點。新品種取 95 年一期作果實送財團法人工業發展研究所檢測，結果發現每 100g 樣品含維生素 C 108.8mg，高出大苦瓜 30mg 以上；每 100g 樣品含葉酸 200.2 μ g，高出大苦瓜 128.2 μ g。

苦瓜新品種「晶玉-花蓮二號」

花蓮二號為一代雜交 (F1) 品種，是花蓮縣吉安鄉及新城鄉收集之山苦瓜地方種純化之優良品系，經過雜交、F1 雜交組合力比較試驗、品系比較試驗、區域試驗及田間病害調查、栽培密度試驗、截切力測定、官能品評等選出之 WB24 品系，於民國 94 年秋向農糧署申請新品種審查，95 年 2 月 27 日取得品種權，命名為苦瓜花蓮二號，商品名「晶玉」。新品種果色淡白綠色，同樣具有雌花早開，具早熟性，生長勢強，雌花率高，結果力強，截切值適中，食用品質佳等優點。新品種取 95 年一期作果實送財團法人工業發展研究所檢測，結果發現每 100g 樣品含維生素 C 107.9mg，高出大苦瓜 30mg 以上；每 100g 樣品含葉酸 208.4 μ g，高出大苦瓜 136.4 μ g。

表一、苦瓜營養成份檢測結果比較*

檢驗項目	單位	花蓮一號	花蓮二號	大苦瓜	野苦瓜
水分	g/100g	90.82	92.14	-	90.2

灰分	g/100g	0.79	0.60	0.60	1.21
粗脂肪	g/100g	0.46	0.32	-	1.2
粗蛋白質	g/100g	1.63	1.51	-	2.4
粗纖維	g/100g	2.22	1.41	-	2.5
碳水化合物	g/100g	4.08	4.02	3.9	-
熱量	Kcal/100g	27	25	17	-
膳食纖維	g/100g	4.10	2.72	0.5	5.1
維生素 B ₁	mg/100g	0.09	0.07	0.05	-
維生素 B ₂	mg/100g	0.06	0.04	0.07	-
維生素 B ₆	mg/100g	0.06	0.05	0.06	-
維生素 C	mg/100g	108.8	107.9	76	87
維生素 E	mg/100g	1.08	1.24	0.9	-
葉酸	μg/100g	200.2	208.4	72	121
菸鹼酸	mg/100g	0.41	0.23	0.03	ND

*1.花蓮一號及花蓮二號營養成份依據 1998 本場委請屏東科技大學農水產檢驗服務中心檢測。

2.大苦瓜營養成份參考(園藝之友第 101 期)依據日本五訂食品檢測成份。

3.野苦瓜營養成份檢測依據台南區農業改良場 2006 委託財團法人食品工業發展研究所檢測。



晶玉-花蓮二號山苦瓜
新品種



福寶-花蓮一號山苦瓜
新品種