

川人喜爱的儿菜 为什么要“妈和儿一起卖”？

“妈带儿2块一斤，光买儿价格翻番”“不要只扒儿，妈儿一起卖……”近期，随着儿菜大量上市，成都各大菜市不少商家打出的价格提醒语，一度火遍全网。被川渝人民常年捧上秋冬菜品“神坛”的儿菜，到底其中的“妈”和“儿”有什么区别？



儿菜的主干部分就是“妈”，四周的嫩芽就是“儿”。
杨博摄

1 儿菜的「妈」「儿」到底是啥

儿菜是四川人的昵称，它真正的学名叫抱子芥，是十字花科芸薹(tái)属茎用芥菜的一个变种，也叫多头菜、角儿菜、芽芽菜等。之所以有“妈”和“儿”这样的称呼，得从它的“长相”说起。

儿菜的主干部分就是四川人口中的“妈”，四周的嫩芽就是“儿”，呈现出的是“一母多子”的形态，好像是“无数个小女孩围绕着妈”。

一般来说，儿菜“儿”的口感比儿菜“妈”更清香，也更嫩，所以更受人青睐，价格也比儿菜“妈”贵。正因为人们都喜欢吃儿菜“儿”，不喜欢吃儿菜“妈”，所以很多店家都要求顾客买儿菜时“买儿必须带妈，不许扒儿”，避免剩下的儿菜“妈”不好卖。



儿菜一般在冬季上市。杨博摄



2021年10月13日，贵州省遵义市绥阳县风华镇银堡坝区，村民在选采移栽的儿菜苗。图据新华社客户端

2 为何儿菜的口感有点苦？

有些人非常喜欢吃儿菜，认为它口感不错，味道清香微甜，脆嫩化渣。也有些人对儿菜避而远之，认为它有一股怪味，吃起来还有点苦。为什么会这样？主要原因是儿菜含有芥子油苷。

芥子油苷是一种含硫物质，也叫硫代葡萄糖苷，是芸薹属蔬菜中重要的次生代谢物质，也是这类蔬菜中的关键营养。芥子油苷及其降解产物与降低某些慢性疾病的风险有关，可以降低多种癌症的风险，包括前列腺癌、乳腺癌、结肠癌等。儿菜可食用部分的近90%为脂肪族芥子油苷，并且其侧芽中总硫代葡萄糖苷的含量显著高于肿胀的茎。

另外，儿菜含有较高的可溶性糖，所以吃起来大多口感较清甜；但脂肪类芥子油苷是芸薹属蔬菜辛辣味和苦味的主要来源，儿菜这种成分含量不低，所以有些儿菜吃起来可能会有微微的苦味。

3 关于儿菜的吃法五花八门

四川省南充市早在20世纪70年代初就开始种植儿菜了，所以儿菜种植区域主要在四川盆地，也就是川渝地区。这些地区秋季高温多湿，因此最适合种植儿菜。而后种植区域逐步发展到贵州、云南、湖北、湖南、江西、安徽、浙江、江苏、上海等长江中下游及周边地区。

为何儿菜在北方少见？因为儿菜一般在冬季上市，北方冬季寒冷，儿菜容易受冻，不方便运输和贮藏。儿菜“儿”的部分鲜嫩、含水量高，采后较容易受到各种环境的影响，在室温下贮藏很容易出现萎蔫、褐化、腐烂等现象。若在采摘、运输和贮藏过程中，没有采取适当的贮藏措施，会导致儿菜品质下降严重，造成不必要的损失。不过，随着物流的发展，北方的部分商超也能看到儿菜的身影了。

不少外地朋友问，四川人都是怎么吃儿菜的呢？在某平台一条关于儿菜的帖子下面，9000多条评论里，充满了川渝网友的精彩吃法。“儿菜炒腊肉，味道不摆了”“跟香肠一起煮耙耙菜，不用放盐都有味道”“儿菜正确吃法不应该是拿来泡吗？”“白水煮儿菜蘸海椒超好吃”……也有网友在线支招，“怕儿菜吃着苦的，要记得焯一遍水”“打了霜过后的儿菜不苦。”

华西都市报-封面新闻记者 杨博
综合科普中国