

分 か る と 快 感 !

Z会ナビ

算数

理科

社会

お題

ツルレイシの意外な一面

「Z会ナビ」が

Webサイト

でも読めます!



Z会おとナビ新聞

検索

これまでの内容も掲載しています!

夏の日差しをさえぎるために、緑のカーテンとしてツルレイシ(別名:ニガウリ、ゴーヤーなど)が植えられているのを見かけます。ツルレイシの実は、いため物などにしてよく食べられますが、この実を収穫せずに放っておくと、どうなるのでしょうか。



- ① バナナのように、黄色くなる。
- ② スイカのように、丸くなる。
- ③ カボチャのように、かたくなる。

緑のカーテン

毎日暑い日が続きますね。こんなときは、ほろ苦いツルレイシを食べて、元気に夏を過ごしたいものです。ツルレイシは、畑以外にも、環境にやさしい緑のカーテンとして、建物のわきに植えられているものをよく目にします。緑のカーテンは、植物の葉で日差しをさえぎるだけでなく、植物が水を吸い上げて蒸発させるときに、熱をうばうことで、温度を下げる効果もあります。まさに夏にぴったりの野菜ですね。

ツルレイシの色は?

ツルレイシは緑色の野菜ですが、これは、まだ熟していない実を収穫して食べているのです。ツルレイシの実を収穫せずに放っておくと、やがて熟して黄色くなり、その後、実が割れて、中から赤いゼリー状のものに包まれた種が出て



イラスト・瑞木匠

とが多くあります。そのため、種が熟す前に動物などに見つからないように、熟す前の実は緑色で、緑の葉にかくれて自立ちません。さらに、もし見つかっても食べられないように、苦いのです。その後、種が熟すと、実が黄色く自立つようになり、どんどん食べられて種を運んでもらえるように、おいしくなるのです。

ほかの野菜も放っておくと

このように、熟すと自立ち、おいしくなる野菜は、ほかにもあります。キュウリは、ツルレイシと同じように、熟すと黄色くなります。ピーマンは、熟すとトマトと同じように緑から赤になり、苦みが減ります。果物のリンゴやイチゴ、バナナなども、熟す前は緑色で、あまくありません。

食べられないように苦くしたはずなのに、人間に好んで食べられるようになるとは、ツルレイシも思っていなかったことでしょうか。「蓼食う虫も好き好き」ということわざがありますが、「ツルレイシ食う人も好き好き」といったところでしょうか。私は、緑のツルレイシも、黄色くなったツルレイシも大好きです。【Z会・鳥越賢】

栄養たくわえ

きます(問題の答えは①)。ツルレイシの黄色くなった実は、苦みがなくて、やわらかく、生のままでもおいしく食べられます。また、種を包む赤いゼリー状のものは、フルーツのようなあまさがあり、緑のときのツルレイシからはとても想像できない味になります。

では、なぜ緑のツルレイシは苦く、熟すと黄色くあまくなるのか、考えてみましょう。

植物がおいしい実をつける目的は、動物などに種ごと食べてもらうことで、遠くに運んでもらい、そこで自分の子孫を増やすことです。ただし、熟す前の種は、まだ発芽に必要な栄養をたくわえていないため、遠くに運ばれても芽が出ないこ

! 今回の教訓

収穫の時期をずらすと、まったく違う味の野菜になることがあります。



鳥越賢さん 2010年Z会入社。小学生向けの理科の教材編集を担当。生き物が大好きで、妻と2人の娘とたくさんの生き物に囲まれて暮らす。山口生まれ広島育ち。