



前两天发个视频，我以为白色的就是西兰花，结果我悲催了，别人说我全家都是西兰花，所以今天就给大家科普一下，西兰花和菜花的区别，到时候就不会和我犯同

样的错了。

西兰花又名绿菜花、青花菜、嫩茎花椰菜、意大利芥蓝、茎椰菜，属十字花科芸薹属甘蓝变种，一二年生草本植物。原产于地中海东部沿岸地区，近年我国有少量栽培，主要供西餐使用。西兰花介于甘蓝、花椰菜之间，主茎顶端形成绿色或紫色的肥大花球，表面小花蕾明显，较松散，而不密集成球，以采集花蕾的嫩茎供食用，营养丰富，含蛋白质、糖、脂肪、维生素和胡萝卜素，营养成份位居同类蔬菜之首，被誉为“蔬菜皇冠”。



经过我的介绍，相信大家已经明白了吧，白色的是菜花，绿色的是西蓝花，看颜色就能分清楚