



### 食 ニラ ユリ科

ニンニクと同じネギの1種で、古代に中国から渡来し栽培が始まった。

硫化アリルによる特有臭を持つ香味野菜としてなじみ深い。

葉の大きさなどによっていくつかの系統があり、最近では幅広く葉肉の厚いグリーンベルト系が栽培されている。

### 特徴

葉は平たく、独特の匂いがある。  
夏に白い花が咲く。

### 毒 スイセン ヒガンバナ科

原産地は地中海沿岸で、ギリシャ神話にも描かれている。

ラッパスイセン、フサザキスイセンなど多くの種類が観賞用として庭で栽培されている。

### 特徴

葉の中央は浅くくぼんでいる。

早春に黄色や白色の美しい花が咲き、芳香がある。

有毒部位：全草、特に球根  
有毒成分：リコリン  
中毒症状：おう吐、下痢、けいれん

※春先（5月）にスイセン（毒）の葉とニラを誤認して食べて中毒を起す事故が多く発生している。