



SAWI PUTIH (*Brassica rapa* subsp. *pekinensis*)

Klasifikasi

Kingdom	: <i>Plantae</i>
Subkingdom	: <i>Tracheobionta</i>
Superdivision	: <i>Spermatophyta</i>
Division	: <i>Magnoliophyta</i>
Class	: <i>Magnoliopsida</i>
Subclass	: <i>Dilleniidae</i>
Order	: <i>Capparales</i>
Family	: <i>Brassicaceae</i>
Genus	: <i>Brassica</i>
Spesies	: <i>Brassica rapa</i> subsp. <i>pekinensis</i>

(Plantamor.com).

Deskripsi

Habitus	Herba semusim, tinggi 26-33 cm
Akar	Tunggang dengan akar serabut yang tumbuh dan berkembang secara menyebar ke semua arah di sekitar permukaan tanah.
Batang	Sejati pendek dan bersayap terletak pada bagian dasar yang berada di dalam tanah. Batang sejati tidak keras dan berwarna keputih-putihan. Batang sejati memiliki ukuran panjang 1,5 cm, dan diameternya 3,5 cm.

Daun	Berbentuk bulat panjang (lonjong) dan agak lebar, kasar, berkerut-kerut, berbulu halus sampai kasar (namun ada yang berdaun halus dan tidak berbulu), berwarna hijau muda sampai hijau tua. Daun memiliki tangkai daun yang panjang, berwarna putih, agak lebar dan pipih, bersifat lemas dan halus. Pelepah-pelepah tersusun saling membungkus dengan pelepah-pelepah daun yang lebih muda sehingga membentuk kepala (krop), akan tetapi pada daun-daun tua (paling bawah) membuka. Di samping itu, daun juga memiliki tulang-tulang daun yang menyirip dan bercabang-cabang. Daun tanaman sawi putih merupakan bagian tanaman yang dikonsumsi dalam berbagai bentuk makanan, terutama bagian kropnya (kumpulan-kumpulan daun yang membentuk kepala).
Bunga	Tangkai keluar dari ketiak daun tumbuh ke sebelah atas. Struktur bunga terdiri dari kelopak daun berwarna hijau, daun mahkota berwarna kuning-muda, benangsari bertangkai pendek.
Biji	Yang keras, mengkilap dan licin serta berwarna coklat kehitaman.

Kandungan Kimia

1, 2-Benzenedicarboxylic acid dan 2, 3-Dicyanopropionamide.

Manfaat

Mengurangi risiko penyakit jantung, menjaga tubuh dari inflamasi, menjaga kesehatan dan kekuatan tulang, membantu menurunkan tekanan darah, menjaga kesehatan saluran pencernaan, mengatur kadar gula dalam darah, mencegah anemia, menjaga hidrasi tubuh, menjaga kesehatan mata, menjaga kesehatan ginjal, membantu menurunkan berat badan, memiliki sifat antimikroba non-sitotoksik dan antioksidan yang baik terhadap bakteri patogen.

