

みょうがの巻

お問い合わせはコチラまで...

宛先 メール:kaihatsu@tamaseika.co.jp お手紙:東京都国立市谷保6-2-1 東京多摩青果(株) 開発課

参考文献 ・高橋書店「からだにうれしい野菜の便利帳」 監修 板木利隆
参考サイト ・旬の野菜百貨・野菜ナビ 他

担当:小幡

※掲載している青果物の傾向は、既存文献等を参考とし、主に弊社職員が行った簡易の実験・計測結果をもとにしています。

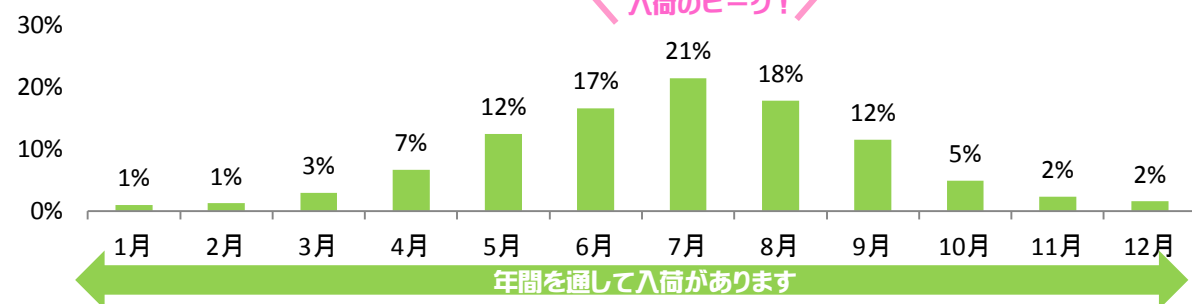
東京たまお(25)

1.たまおが『みょうが』について考える

品目名 みょうが ショウガ科ショウガ属 東アジア原産

アジア原産とされ、本州から沖縄まで日本各地に自生する香味植物で、生姜の仲間です。花も茎も食べられ、生姜などと共に香味野菜として日本では古くから親しまれています。しかし食用に栽培しているのは日本だけです。

■入荷時期



■主な産地 高知県・群馬県・秋田県

- ・高知県...多摩青果に入荷するみょうがの90%以上が高知県産です。高知県は年間を通してハウス栽培をしています。5月頃から入荷が増えはじめ、7月にピークを迎えます。
- ・群馬県...露地栽培のみで、8月～9月の2ヶ月間のみのお入荷です。
- ・秋田県...露地栽培のみで、8月～9月の2ヶ月間のみのお入荷です。

実験

みょうがを分解してみよう！
みょうがをバラバラにして中を観察しました。



たまねぎのように、一枚一枚むくことが出来ました。内側になるほど白く柔らかくなっていきました。



実験

みょうがの内側と外側の違いを調べてみよう！！
みょうがを縦半分に切って、内側と外側で食べ比べました



	内側	外側
味	・外側より辛い ・喉が痛くなるような辛さ ・外側に比べえぐみが少ない	・内側に比べると辛くない ・渋み・えぐみを感じる
香り	・爽やかな香り	・土の香りがする ・鼻に抜けるみょうがの香り
食感	・柔らかい ・みずみずしい	・硬い ・歯応えがある ・繊維が口に残る

結果

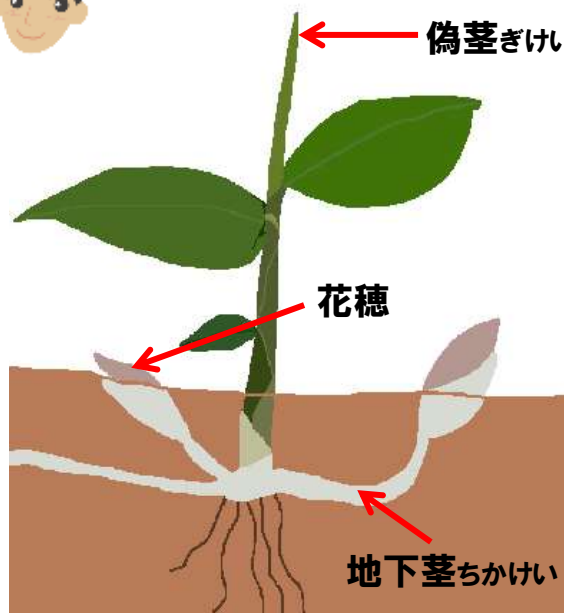
外側に比べ、
内側が辛く・柔らかい!

味...みょうがは想像以上に辛い！涙目になりながら食べる人も。
香り...意見がまっぴたつ！人によって感じ方が違うようですが、どちらも良い香り。
食感...内側と外側では硬さの違いが大きかったです。独特の食感もみょうがの良さの一つですね。

2.『みょうが』をもっとおいしく!



みょうがってどんな風になっているか知っていますか??



みょうがは、地下に地下茎と呼ばれるものを伸ばして広がっていきます。地面の上に出ている、葉の付いた茎のようなものは偽茎と呼ばれ茎ではありません。

みょうが

わたしたちがふだん食べているのは、地下茎から出る花穂と呼ばれる部分で、花みょうがとも呼ばれています。



みょうがたけ

若い偽茎を軟白栽培しわずかに日に当てて赤みを付けた物を、みょうがたけと呼んでいます。



3.実践!たまおの『みょうが』鉄板レシピ

こちらのレシピの詳細はHPにて公開!



みょうがと豚肉のみそ炒め

みょうがと豚肉、しめじをサッと炒めて、みそで味付けするだけ!おかずにも、おつまみにも◎

みょうがの甘酢漬け

甘酢に漬けると鮮やかなピンク色になり、見た目にもきれいな箸休めに。



みょうがと大葉のおにぎり

具をご飯と混ぜるだけ!見た目もきれいなおにぎりに。

みょうがと油揚げのお味噌汁

みょうがと油揚げのシンプルなお味噌汁。みょうが独特の香りを楽しめます。

