

ダイコン 大根

アブラナ科

参考文献

坂井宏先(発行)(2007),「旬」がまるごと 9月号 特集 だいこん,株式会社ポプラ社
 霜村春菜(文)(2014),野菜と果物の品目ガイド,株式会社 農経新聞社
 角康明(発行)(2009),四季の野菜大図鑑,株式会社権出版社 他

○多摩青果の主な入荷情報

産地	色の基準											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
北海道												
青森												
岩手												
茨城												
群馬												
千葉												
神奈川												

○月別情報

日本で流通しているものの多くが青首大根だが、収穫時期により「春大根」「夏大根」「秋冬大根」と大別される。

大根の本来の旬は冬のため、冷涼な気候を好む。

夏は北海道・東北の高冷地、冬～春にかけては関東で栽培され、産地リレーを行っている。

4～6月：春大根

群馬・埼玉・千葉・東京など関東産地が主力。

やわらかく、冬大根より辛味が強い。細めの傾向。

7～9月：夏大根

北海道・青森・岩手など、気候が涼しい産地が主力。

辛味が強いので、夏バテ対策にもピッタリ。

10～3月：秋冬大根

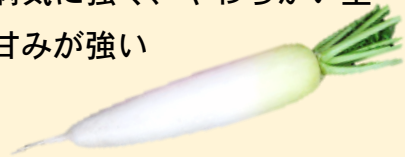
茨城・千葉・神奈川などが主力産地。

冬の寒さに耐えることで甘味が増すといわれている。

青首大根

代表品種

葉の付け根あたりが青い
病気に強く、やわらかい上
甘みが強い



葉付き大根

青首大根の葉が丸ごと
付いた状態で出荷
されたもの



三浦大根

神奈川三浦市の特産で大型
市場への出荷は年末に限られる
上から下まで白い、白首大根の
一種で中央部が膨らんでいる
煮崩れしにくい
煮物やなますに最適



辛味大根

水分が少なく、
辛味が強くて小ぶり
そばやうどん等の薬味
に最適



ラディッシュ(二十日大根)

小ぶりで赤い西洋系
和名は、種まきから
約20日で収穫
できることが由来



紅くるり

小型種
外皮だけでなく、果肉も鮮紅色
みずみずしく、やわらかい
サラダや漬物に最適



レディーサラダ大根

神奈川三浦市農協で改良された、皮ごと食べられる
生食用小型種
皮は鮮赤色だが、内部は白く、サラダや甘酢漬けに最適



発行：東京多摩青果株式会社 営業開発部開発課

※2019年現在の多摩青果における各産地の情報とおおよその入荷時期です。気象条件等で実際の入荷状況は異なる場合があります。

ダイコン 大根

アブラナ科

○大根の選び方と保存方法

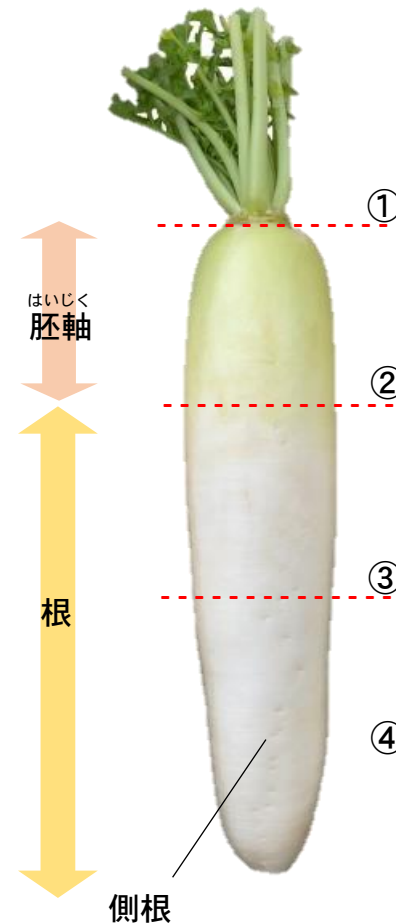
選び方		ヒゲ根が少なく、ハリツヤがあり、ずっしりと重く、根の部分がまっすぐなもの。根元に黒ずみがなく、ヒビが入っていないもの。葉の色が鮮やかで、みずみずしいもの。カット大根は切り口がみずみずしく、きめ細やかで、「す」が入っていないもの。
保存	生	葉が付いているものは葉を切り落とし、新聞紙またはラップに包んで冷蔵庫の野菜室で保存
	冷凍	使いやすい大きさに切ってまたは大根おろしにして保存。葉は、刻んで塩もみをして保存。

その他の保存方法：乾燥させて、干し大根にしてもよい
うま味や栄養が凝縮される

○かいわれ大根は大根の仲間？

かいわれ大根は大根の新芽を食用としたもの。
大根は「根菜」に分類されるが、かいわれ大根は「スプラウト」に分類される。
「スプラウト」とは発芽直後の植物の新芽（発芽野菜）のこと。

○部位ごとの特徴



①葉
葉は緑黄色野菜。
大根特有の辛みが少しある。
適した料理：味噌汁、炒め物

②上部
肉質はやわらかいが
繊維質が気になることもある
適した料理：サラダ、なます

③中部
肉質がやわらかく、
クセがない。太さが均等。
適した料理：煮物、おでん

④下部
辛味が強く、肉質もかため
適した料理：辛い大根おろし

厚めに剥いた皮
他の部位より辛味が強く
繊維質があり、かたい
適した料理：炒め物、和え物

上部の側根がない部分を胚軸といい、一般的な茎に当たる。
胚軸の下の側根がある部分が根。
胚軸（茎）は地上に、根は地中で育つ。