



ねぎのお話（中）



みなさんこんにちは。寒い日が続いていますが、元気に外で体を動かしていますか。今日は、薬味や鍋物の材料として欠かせない、ねぎのお話です。

ねぎの原産地は、中国の西部地域といわれ、体を温め疲労から回復してくれるので、紀元前から薬の代わりとして食べられてきました。

日本には奈良時代に伝わり、江戸時代には栽培法が確立され、全国で作られるようになりました。暑さにも寒さにも強いので、一年中食べることができます。ねぎは、12月から1月が旬で一番おいしい時期です。

ねぎは、大きく二つに分けられ、愛知県から東の地域で作られている「根深ねぎ」と、三重県から西の地域で作られている「葉ねぎ」です。

根深ねぎは「白ねぎ」とか「ねぶか」とも呼ばれ、土をかぶせて日光が当たらない部分を多くして作ります。日が当たらないところは、太くて白く、甘くなります。愛知県でねぎと言えば、「根深ねぎ」です。他にも「しもに た下仁田ねぎ」や「か が加賀ねぎ」、「せんじゅ千住ねぎ」があります。

葉ねぎは、葉のほとんどが緑色で、細くてやわらかいねぎです。生は香りが強く辛みがありますが、加熱すると甘みが強くなります。京都の「くじょう九条ねぎ」、福岡の「ばんのう万能ねぎ」が有名です。