

なんの花かな？



答え: たまねぎ



たまねぎ

ヒント 1	涙を出させる成分を含んでいます。
ヒント 2	カツ丼や肉じゃが、カレーライスなどいろいろな料理に使われる万能野菜です。
ヒント 3	全国の約6割が北海道で生産されます。
主な生産地	碧南市、大府市、東海市、知多市、豊橋市、西尾市
旬	4月～7月
全国収穫量順位 (収穫量)	4位(31,200t) 平成25年産データ
特 徴	<p>畑で育っているたまねぎの上の方を見ると、「ねぎぼうず」と呼ばれる丸いかたまりが付いている。たまねぎの花である。小さくてたくさん集まって、かたまりになっている一つ一つが花である。花びらは6枚、雄しべも6本ある。</p> <p>たまねぎは、中央アジアが原産とされているが、日本で栽培されるようになったのは意外に遅く、明治時代に入ってからである。普通、たまねぎと呼んでいる部分は根ではなく、葉の根元が養分を蓄えて丸く太った鱗茎(りんけい)と言われるもので、ニンニクやラッキョウも同じ鱗茎部分を食べる野菜である。</p> <p>玉ねぎは、収穫後干され、表皮を乾燥させ保存性を高めて出荷されるが、これに使われるのは黄たまねぎの品種である。一方、新たまねぎと呼ばれるものは主に白たまねぎの品種で、水分が多く乾燥処理に向いていないので収穫後すぐに出荷される。愛知県では主に、この新たまねぎが作られており、4月頃から7月頃にかけて収穫、出荷される。</p>
代表的な料理・食べ方	様々な料理に使われる。生のままスライスしてサラダに、カレー、シチュー、肉じゃが等の煮込み料理に、その他、デミグラスソース、トマトソース、タルタルソースなどの素材としても欠かせない。
栄養・効能	<p>ビタミンやミネラルといった栄養成分で見ると取り立てて多く含まれているものはないが、糖質となる炭水化物を比較的多く含んでいる。</p> <p>たまねぎ独特のにおいの成分は、硫化アリルと目にするが、体温を上昇させ、風邪を予防する効果がある。また、脂肪の燃焼も促し殺菌作用がある。そのほか、血液をサラサラにすると言われるプロピルメチルジスルフィドも含まれている。プロピルメチルジスルフィドは硫化アリルの一種である。</p>