

令和3年5月24日(月) 「たまねぎ」について

今回紹介する「季節のたべもの」は「たまねぎ」についてです。



それでは、みなさんに質問です。「たまねぎ」の旬は何月頃だと思いますか…？

少し難しかったかもしれませんが、一般的に「たまねぎ」の旬は3月～5月といわれています。ただし、北は北海道、南は佐賀県などと様々な地域で収穫時期をずらして栽培しているため、私たちは1年を通して新鮮な「たまねぎ」を食べることができます。

もう一つ質問です。みなさんは、スーパーで普段よく目にする「茶色い皮のたまねぎ」の他に、3月～5月頃出回る「新たまねぎ」を見かけたことはありますか…？

「たまねぎ」の写真を見てみましょう。皮の色が違いますね。別の種類の「たまねぎ」かな？と思うかもしれませんが、実は「同じ種類のたまねぎ」なのです。

出荷する前に、1ヶ月間しっかりと乾燥させたものが「茶色い皮のたまねぎ」です。

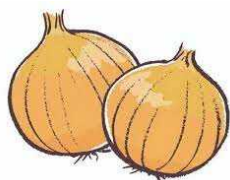
乾燥させずに収穫してすぐに出荷したものが「新たまねぎ」です。

「新たまねぎ」は、水分が多く生でも甘いのが特徴なので、「たまねぎ」が辛くて苦手な人でも食べやすいでしょう。

「たまねぎ」を切ったときに涙が出る、生で食べると辛いのはなぜだと思いますか？実は「硫化アリル」という成分が原因です。「硫化アリル」は、加熱すると甘くなるので、お味噌汁やシチュー、ハンバーグなどに入っている「たまねぎ」は辛くなく、ほんのり甘いかと思えます。また、「硫化アリル」は疲れを吹き飛ばす手助けをし、病原菌を退治する働きもあります。

カレー、サラダ、生姜焼き、ナポリタンなど様々な料理で活躍する「たまねぎ」について学ぶことができましたか？

以上、今月の「季節のたべもの」の紹介でした。



5/24(月)の給食
ビビンバ(肉みそ・ナムル)
韓国風スープ(たまねぎを使用しています)

