サングリンのある風景

まちを知る。まちを訪ねる。

サングリンの各センターが教えます！

北の食材ちょっと豆知識

食料自給率40％（カロリーベース・平成19年度）の日本にあって、北海道の食料自給率はほぼ200％！日本一の高い数字を誇る北海道は、言わずと知れた食の宝庫です。今回は北海道を代表する食材にまつわる、ちょっとした豆知識を集めてみました。「それは知らなかった！」という話題も、もしかしたらあるかもしれません。どうぞお楽しみください。

「スイートコーン」のひげは何のためにある？

とうもろこしのひげは、粒1つからひげが1本、それぞれ出ているって知っていますか？　つまり、あのひげの本数は粒の数と同じということ。

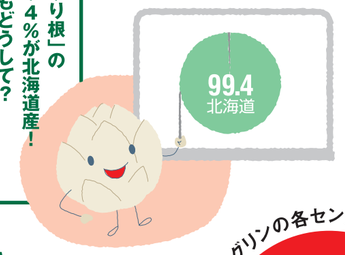
ひげはおしべが長く伸びたものです。花粉が飛んできて、無事にひげに付着すれば受粉完了、その先の根元に1個の実の粒ができます。すべてのひげにまんべんなく花粉がつけばいいのですが、そうでない場合はそのひげにつながる粒はちゃんとした実になりません。とうもろこしの鮮度を選ぶポイントは、このひげにあります。ひげがみずみずしく光沢のあるものを選びましょう。

P.S.帯広センターから
スイートコーンの収穫高・作付面積ともに日本一を誇るまち、といえば十勝・芽室町です！

「ゆり根」の99・4％が北海道産！でもどうして？

ゆり根は高温多湿をきらう性質があり、冷涼な気候のほうが高品質なものを生産できるからです。そのうえ、ゆり根は植え付けから収穫まで3年もかかります。さらに長期輪作が原則であるため、毎年畑を引っ越す必要があります。

引越し先の畑の条件もとても厳しく、7～10年はゆり根を栽培したことのない畑で、なおかつ、水はけと通気性のいい畑でなければなりません。畑のやりくりが大変です。冷涼な気候、広大な大地が必要ということで、生産に合った条件をそなえた北海道に集中しているというわけです。



P.S.倶知安センターから
全国シェアの99・4％が北海道ですが、なかでも最も収穫量が多いのが真狩村です。

「たまねぎ」で涙が出るのはどうして？

たまねぎには硫化アリルという涙腺を刺激する成分が含まれています。たまねぎを切ると、この成分が周囲に飛び散り、目や鼻の粘膜を刺激して涙が出ます。

硫化アリルが散ったり、鼻や目に入るのを防ぐと、涙を流さずにたまねぎを切ることができます。切れ味の良い包丁を使い、換気扇や扇風機で硫化アリルを吹き飛ばしながら切りましょう。冷蔵庫で冷やしたり、水にさらしてから切るのもおすすめです。ちょっとカッコ悪いですが、水中めがねやスキーゴーグルをつける、鼻を洗濯ばさみでつまむのも効果的です…。

P.S.北見センターから
北海道産が全国の約54％をシェアするたまねぎ。収穫高・作付面積ともに、北見市が道内トップです！

「雪中米」（沼田町）ってエコなお米なの？

はい、エコなお米です。

沼田町では、雪を利用したおいしい米を作ろうと、1996年にスノークールライスファクトリーを設置しました。この施設はダンプカー500台分の雪を利用した、米の低温貯留乾燥調整施設です。3月下旬に搬入した雪冷熱を空調混合器でコントロールして、4月中旬から8月中旬まで、米の保管に最適な温度5℃、湿度70％に保っています。CO2を排出しない雪エネルギーを使っていて、その元となる雪も無料。雪冷熱で品質劣化を防ぐというメリットもあります。

こうして雪冷熱を使って夏まで保管された米はとてもエコロジー。「雪中米」というブランドとして人気です。

P.S.滝川センターから
沼田町は、利雪技術の先端をはしる町。「スノークールライスファクトリー」は世界初の米低温貯蔵施設です。

●情報ソース／農林水産省広報誌「aff」、北海道農業振興課・北海道農政事務所統計「農畜産物の道内ランキング」・夕張市農業協同組合・各市町村・（社）中央酪農会議のホームページ、独立行政法人新エネルギー・産業技術総合開発機構ホームページほか

「牛乳」と「乳飲料」どこが違うの？

牛乳は、牛から絞ったままの生乳を熱殺菌したものをいいます。生乳100％のものだけが牛乳または特別牛乳と表示できます。また、牛乳の成分は無脂乳固形分が8％以上、乳脂肪分が3％以上と決められています。

牛乳に似た飲み物に、『加工乳』や『乳飲料』などがあります。加工乳とは、生乳に脱脂粉乳やバターなどの乳に由来する原料を混ぜたもの、乳飲料はカルシウムやコーヒーなど、乳に由来しないものを混ぜたもの。昔は生乳が50％超使用されていれば、加工乳も乳飲料も商品名に○○牛乳と、牛乳という文字を使用できていましたが、現在は加工乳や乳飲料は商品名に一切『牛乳』と表示することはできません。

P.S.中標津センターから
根室管内では約20万頭の牛が飼育され、牧草面積地は耕地面積の98％です。皆さん、牛乳を飲みましょうね！

「だいこん」と大根役者はどんな関係？

だいこんは漢方薬としても用いられる、とても体に良い食材です。消化を助ける成分を含み、殺菌作用もあるので、どんな料理に使っても滅多なことではおなかをこわすことがありません。この食あたりしにくいという特徴と、役者として成功するという意味の「当たる」をかけて、何を演じても人気の出ない、「当たらない」役者のことを大根役者と呼ぶようになったといわれています。

だいこんの辛味は強い殺菌作用の証ですが、辛いのが苦手という人は首の部分をお料理に使いましょう。大根は、先端にいくほど辛さが強くなるんですよ。

P.S.函館センターから
管内の主な産地は、七飯町・函館市・北斗市です。渡島管内では、ハウスや露地栽培等を組み合せ、道内では最も長い期間だいこんが出荷されています。

「果物」は太りやすいってホント？

果物の甘みのもとは、糖の一種、果糖です。果糖のカロリーは1gあたり4キロカロリーとほかの糖と変わりませんが、甘味は砂糖に比べ1・15倍から1・73倍強く感じるので、少ない量で満足感を得ることができます。

また、果物はその大部分が水分で、高カロリーの原因となる脂質がほとんど含まれていません。果物が甘いから太りやすいというのは大きな誤解です。むしろ最近では、適度な量の果物を食べる人は血中の中性脂肪の含有量が正常化し、生活習慣病にかかる割合が低いことが明らかになっています。

P.S.旭川センターから
増毛町は日本最北の果樹生産地域。明治16年にりんごの苗木が植栽されたのが始まりです。

「ハルユタカ」はなぜ幻の小麦なの？

ハルユタカは国産初の「パン生地が作れる強力小麦」として人気があり、かつては北海道の各地で栽培されていたそうです。1987年には1万3000haもの作付面積を誇っていたといいますが（農林水産省広報誌より）、どうして幻になってしまったのかというと、病気に弱かったから。栽培が難しく、思ったように収穫できないことから生産者に敬遠されるようになり、幻の小麦といわれるようになりました。

江別市では、このハルユタカの復活栽培に取り組んでいます。本来「春蒔き」で栽培するところを「初冬蒔き栽培」にすることで、安定した収穫・品質を達成することに成功しています。

P.S.札幌センターから
江別は国産小麦の優良な産地。外国産と比べるとでんぷん質も多く、パンや麺にするともちもちとした食感になります

「夕張メロン」の本名はなんでしょう？

夕張メロンの正式な品種名は「夕張キング」といいます。父親が「スパイシー・カンタロープ」、母親が「アールス・フェボリット」。この二つの固定の品種を交配した代雑種として生まれ、1961年（昭和36年）に命名されました。

また、皆さんはマスクメロンと呼ばれるメロンを知っていると思いますが、これも品種名ではありません。正式な品種名は「アールス・フェボリット」（アールスメロンともいわれます）で、夕張メロンの母親です。温室メロンは食べる頃になるとムスク（nusk）のような良い香りがするために、別名「マスクメロン」（nusk melon）と呼ばれています。

P.S.夕張事務所から
果肉がオレンジ色でやわらかい夕張メロンは、スプーンで食べるのがおすすめ。果汁もおいしいただけます！