



# 「きゅうり」のプロフィール

- [1] 分類名 : ウリ科 キュウリ属
- [2] 学名 : *Cucumis sativus L.*
- [3] 和名 : キュウリ
- [4] 外国語表記 : (英)cucumber(仏)concombre(独)Gurke(伊) cetriolo(中)胡瓜
- [5] 原産地・伝播 : インドのヒマラヤ山麓あたりが原産地です。3000年ほど前から栽培されていました。そこから東西に、西は古代エジプトを経て紀元前後には南ヨーロッパに伝わり、9世紀にはフランスに入りました。16世紀にはヨーロッパで栽培がさかんになり、ピクル型きゅうりなどが作られました。東は、紀元前に中国に伝えられ、6世紀ごろに普及したといわれます。
- [6] 日本への伝来 : 中国から6世紀頃に伝えられましたが普及しませんでした。古い文献には「下品(げぼん)の瓜」とあり、瓜の中では味が悪く下品なものとされていたらしいです。更に切り口が葵の御紋に似ているため、武士たちが恐れ多いと口にできなかったといわれます。本格的に栽培されたのは17世紀に入ってからです。明治以降は苦みの少ない品種改良に力を入れ、近年は食べやすい味わいのきゅうりが出回っており、夏以外でも人気の高い野菜です。
- [7] 栄養学的特徴 : 96%が水分でビタミンC以外にはこれといった栄養分が見当たりません。ビタミンC破壊酵素を含有しているため、ほかの野菜と一緒に食べると、その野菜のビタミンCを壊してしまいます。酢を使えば、破壊酵素の働きを少なくすることができます。
- [8] 主な用途 : サラダ、酢のものに、みそ漬けやしょうゆ漬けやみそ漬けやピクルスなどの漬けものに使われます。
- [9] 選び方 : きゅうりは、表面の突起とそこについている小さなとげが鮮度の目安です。とげがチクチクして、つかむと痛いぐらいが新鮮です。突起がつぶれて表面に凸凹を感じないものは避けましょう。ヘタの先がやわらかいものは鮮度が落ちて“す”が入っている可能性があります。太めのきゅうりは種が大きくおいしくありません。真っ直ぐでも、曲がっていても鮮度、味、栄養は同じです。かつてのきゅうりには、表面にブルームとよばれる白い粉がついていました。水分の蒸発を防ぐため、きゅうり自身が出す粉で、ブルームがあれば鮮度がよいとされていました。しかし、かぼちゃ台木に接ぎ木したところ、ブルームレスのきゅうりが育ち、ブルームがないと表面に光沢が出て美しく、鮮度もよさそうにみえるため、以後はブルームレスが主流となりました。
- [10] 保存法 : 水気を拭いて1本ずつ紙に包んでからポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室に保存します。温度が5℃以下になると腐りやすいので注意します。2~3日を目安に使いきります。



## 「きゅうり」の種類

いぼの色によって白いぼ、黒いぼと大別できます。

### 白いぼきゅうり

白いぼきゅうり



現在、市場に出回っている9割以上を占めます。とげが白くて皮は鮮緑色で薄く、果肉は歯切れがよいです。

ミニきゅうり



もろきゅうなどに使う10cm長さのミニきゅうりはきゅうりの幼果で、生そのままそをつけて食べます。小ぶりなので前菜や酒の肴に利用されます。

花つききゅうり



花つききゅうりも幼果で、6~7cm長さほどです。花をつけたまま収穫され、料理のあしらいとして料亭などで使われます。

### 黒いぼきゅうり

黒いぼきゅうり



とげが黒いきゅうりで、かつては春から初夏に出まわるものとして需要が多かったが、今はわずかに作られているだけです。肉質はやわらかいが皮は厚いです。

ピクルス型きゅうり



シベリアから伝わったとされる品種で、黄緑色、太くて短いです。やや苦みがあるので主にピクルスに加工されます。欧米で栽培されている「コルニション」は日本へは加工用として輸入されています。

四葉(すうよう)きゅうり



華北型の品種で約40cm長さで、とげは白く、皮にちりめん状のしわが寄っています。果肉は非常に歯切れよいが日持ちが悪いです。一部で根強い人気があり、サラダやあえものにします。

加賀太きゅうり



石川県産で加賀野菜を代表するものです。形は大型、ずんぐりと太く、果肉は締まっています。浅漬けにしたり、中をくり抜いて詰めものをして煮込み料理などに使われます。

写真提供「野菜供給安定基金」