



「玉ねぎ」のプロフィール

- [1] 分類名 : ユリ科 ネギ属
- [2] 学名 : *Allium cepa* L.
- [3] 和名 : タマネギ
- [4] 外国語表記 : (英)onion (仏)oignon (独)Zwiebel (伊)cipolla (中)葱頭
- [5] 原産地・伝播 : 玉ねぎは野生種が発見されていませんので、特定はできませんが、中央アジアのアフガニスタン、インド北西部あたりと推測されています。しかし、古くから栽培されていた記録があり、イランでは紀元前数1000年に玉ねぎを神事に用いており、エジプトでは紀元前の第一王朝時代の墓の壁画に描かれていました。ピラミッド建設の報酬として、大根やにんにくとともに労働者に与えられていたともいい、スタミナ源として古くから大切な野菜であったようです。「旧約聖書」や「千夜一夜物語」にも食用にしたり、精力剤に使われた話がいくつか登場します。ヨーロッパに広まったのは16世紀以降で、現在の生産国アメリカには17世紀、中国には19世紀に伝わりました。玉ねぎで食用にしている部分を1枚ずつはがしたものは大きな鱗のようで、「鱗茎(りんけい)」とよばれています。英語のオニオンはラテン語のユニオンからきているので、「鱗茎が何枚も重なり合ったユニオン(集合体)」という意味でオニオンとよばれるようになったのではないかと推測されます。
- [6] 日本への伝来 : 日本へは200年前頃に渡来しましたが普及せず、その後明治初期にアメリカ、イギリス、フランスなどから種子を導入し、中期になって本格栽培が始まりました。北海道と関西が主な生産地であり、市場での取扱量は大根、キャベツについて第3位です。
- [7] 栄養学的特徴 : ビタミンCを少量含みます。カリウム、リン、カルシウムなどの無機質も少量であるが含有します。
- [8] 主な用途 : 和・洋・中に広く利用されています。日本料理では肉じゃが、汁の実、天ぷらなど、洋風料理ではカレー、シチュー、ハンバーグ、オムレツ、コロッケ、オニオンスープ、フライなど、ひき肉料理にはひんぱんに使われます。パリパリにから揚げたものはカレーのつけ合わせにあいます。中華料理では酢豚など使われます。スライスオニオンやサラダ、ピクルスなど生でも食べます。
- [9] 選び方 : 黄玉ねぎは収穫後、乾燥して市場に出ます。表皮がパリッと乾いて、透き通るような茶色をしているのが第一のポイントです。次に首の部分がキュッとしまっていて乾いていること、根も乾いているか確かめます。肩の部分を軽く押して、やわらかいものは腐っていることがあるので注意しましょう。
- [10] 保存法 : 湿気や蒸れを防ぐのが大切です。湿気が多いと根がはえて水気や養分をとってしまうので味がおちます。みかんなどが入っていたネットなどに入れ、風通しのよい日陰につるして置くと長期間保存できます。かごやざるなどに入れる時は、1個ずつ新聞紙などに包んでおくと湿気が防げます。包丁を入れた玉ねぎは、切り口にアルミ箔をかぶせ、冷蔵庫の野菜室で保存し、2~3日を目安に使いきります。紫玉ねぎは傷みやすいので早めに食べきりましょう。



「玉ねぎ」の種類

玉ねぎは、においの成分硫化アリルの含有量によって辛玉ねぎと甘玉ねぎがあり、黄玉ねぎは辛玉ねぎ、紫玉ねぎや白玉ねぎなどは甘玉ねぎです。

黄玉ねぎ群

黄玉ねぎ



通常、玉ねぎといえば黄玉ねぎをさすほど、多く出回っています。アメリカのイエロー・ダンバース系が主流をしめ、大阪で生まれた品種「泉州黄」や、北海道で生まれた「札幌黄」が有名です。

日本の黄玉ねぎは辛玉ねぎですが、辛味と臭みは熱を加えるとほとんど消えてしまい、甘みの強い成分にかわります。これを利用して煮込み料理などのうま味出しなどに欠かせない存在となっています。玉ねぎは収穫して茎や葉が枯れると呼吸量が低下して休眠状態となります。このため貯蔵しやすい野菜とされ、一年中、店頭に並んでいます。

新玉ねぎ



黄玉ねぎのうち、早春に出荷される早生のものは「新玉ねぎ」と呼ばれます。辛みが少なく水みずしいが、貯蔵性が低いです。偏平な球形をした「貝塚早生」などがあります。

紫玉ねぎ群

紫玉ねぎ



植物学では「赤玉ねぎ」ともいいます。外皮は赤紫色、内部は白いが、1枚1枚はがすと皮が赤紫色をしています。輪切りにすると、赤紫色の皮が同心円状にみられます。黄玉ねぎよりも甘みが強く、水分があつて刺激臭が少ないです。オニオンライス、サラダ、マリネなどに使います。酢に浸すと赤紫色が鮮やかになります。「湘南レッド」が広く出回っており、ほかに「アーリーレッド」などの品種があります。

白玉ねぎ群

白玉ねぎ



欧米でよく使われる玉ねぎで、日本では一般的ではなく、料理店などに使われる程度です。輸入もののほか、日本で栽培されている偏平な球形の「愛知白」などがありますが、生産量は少ないです。白玉ねぎは辛みは弱く、水分が多めでやわらかいです。あえものやサラダなど生で食べるとおいしいです。

小玉ねぎ群

小玉ねぎ



「ペコロス」、「プチオニオン」などともいわれる直径4cmほどの玉ねぎです。一定面積内にいつもの10倍以上の数の黄玉ねぎの苗を植えると、このような小さな玉ねぎが密生します。シチューなどに丸のまま煮込んだり、肉料理のつけ合わせ、ピクルスなどに使います。

葉玉ねぎ

葉玉ねぎ



球が若いうちにやわらかい葉つきのまま収穫したものです。春先の短い期間に、山間部や地方市場などに出回ります。煮もの、炒めもののほか、葉つきをゆでて酢みそなどであえます。

エシャロット

エシャロット



玉ねぎを細身にして小さくした形をしています。玉ねぎの変種で、皮をむくと中は球がひとつではなく、数個に分かれています。玉ねぎとにんにくの間のような香りがあります。すりおろしてドレッシングに加えたり、シチューなどに使い、フランス料理やイタリア料理に頻繁に登場する香味野菜です。

「エシャロット」はフランス語で、英語では「シャロット」といいます。中国でも古くから栽培されていました。日本では、若採りのらっきょうを葉ごと束ねたものをエシャロットまたはエシャレットとして出荷していますが、本来のエシャロットとは別ものです。

写真提供「野菜供給安定基金」