

キュウリ 胡瓜

ウリ科

参考文献
奥村傳(編集)(2008),「旬」がまるごと 9月号 きゅうり,株式会社ポプラ社
霜村春菜(2014),野菜と果物の品目ガイド 野菜ソムリエEDITION,株式会社農経新聞社
鈴木哲(発行)(2013),からだにやさしい旬の食材 野菜の本,講談社 他

○多摩青果の主な入荷情報

	色の基準											
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
産地												
青森												
岩手												
福島												
群馬												
埼玉												
千葉												
高知												
宮崎												

○産地情報

- 青森：準高冷地での露地栽培中心のため、偏西風の影響による昼夜の寒暖差により、甘味が強いといわれている
- 岩手：栽培の大半が露地栽培の夏秋胡瓜が中心
- 福島：適度な降雨と気温が夏秋胡瓜の栽培に適している
- 群馬：暑い夏場を除いて、年間を通して安定した栽培を行う
- 埼玉：ひびき野地区は一部花付きの状態出荷する
- 千葉：11～5月までの長期越冬作型。
海匝地区を中心に継続的に安定している。
干潟地区ではブルーム胡瓜の栽培に力を入れている。
- 高知：エコ栽培法を取り入れており、化学合成農薬に頼らない環境にやさしい栽培方法に力を入れている
- 宮崎：11～6月と長期間出荷可能な一大産地

ブルーム胡瓜・ ブルームレス胡瓜

ブルームとは胡瓜の表面を覆う白い粉状のもので農薬ではなく細胞の内容物が析出したもの。低温や病気から身を守る。鮮度の指標にもなる。



フリーダム胡瓜

イボがなく、表面がツルンとしている。皮はやわらかめで明るい緑色をしている。青臭さが比較的少ない。ヨーロッパでは主流の品種。



すうよう 四葉胡瓜

色が濃く、シワやイボが多く長さは長い。歯切れがよくパリッとした食感。日本での栽培量は少ないが中国では主流の品種。



四川胡瓜

※現在弊社での取扱はありません

四葉胡瓜の改良品種。皮が薄く、肉質はかためて表面はちりめん状。四葉胡瓜同様歯切れが良くパリッとした食感。



もぎり胡瓜

もろきゅうとも言う。曲がったものを10～15cm程度で若採りし、摘果したもの。



ミニ胡瓜

大きくならない小型の胡瓜。もろみをつけて食べたり漬物などがおすすめ。



キュウリ 胡瓜

ウリ科

○胡瓜の選び方と保存方法

選び方	太さが均一でハリがあり、重量感のあるもの。 皮が濃い緑色で、表面が乾いていないもの。 イボのある品種は、イボが尖っているもの。 切り口がみずみずしく、白いトゲが出ているもの。 成り口の肩が盛り上がっているもの。	
保存	生	水気を拭き取り、ポリ袋に入れるか 新聞紙やラップで包み、野菜室で保存。 涼しい季節は室温の方が長持ちする。
	冷凍	水気を拭き取り、1本丸ごとラップで包むか 食べやすい大きさに切り フリーザーバックに入れて保存

○白イボ胡瓜と黒イボ胡瓜

かつては東日本は「白イボ胡瓜」、西日本は「黒イボ胡瓜」と棲み分けされていた。現在では、食味と供給の安定性から国内で流通する胡瓜の9割以上が「白イボ胡瓜」である。

・白イボ胡瓜

中国華北地方で成立した「華北型」が原型。

夏に収穫されていたことから「夏胡瓜」とも呼ばれていた。

緑色が鮮やかで、歯切れが良く生食に向く。

・黒イボ胡瓜

インドから中国華南地方を経て渡来した「華南型」が原型。

冬から春にかけて栽培されたため「冬胡瓜」とも呼ばれていた。

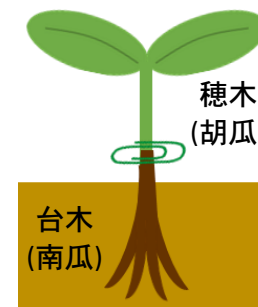
肉質がしっかりしており、昔ながらの味わいがする。

○南瓜を用いた「接ぎ木」栽培

胡瓜は根の張りが弱く、病気にもなりやすい。
この弱点を克服するために行われる栽培方法が「接ぎ木」である。

根が強く、肥料をよく吸収する南瓜を台木とし
発芽した胡瓜の穂木を差し込む。南瓜は病気に
強いので土壌消毒も不要になる。

結果、胡瓜は病気に強くなり収穫量が増える。



ブルーム胡瓜 また、接ぎ木を行うことでブルームが



つかなくなり「ブルームレス胡瓜」が誕生した。
見栄えが良く、収穫量も多いため、流通する
ほとんどがブルームレス胡瓜となった。

○春夏秋冬と栽培方法

胡瓜は1年通してを食べることができるが、本来の旬は夏である。
したがって、夏は露地で栽培するがその他の季節は環境を
管理しながら栽培する方法が一般的である。

春：栽培時期を早くする「促成栽培」

秋：栽培時期を遅らす「抑制栽培」

冬：環境制御システムを用い、つる降ろして

長期安定栽培をする「長期つる下ろし栽培」