

ショウガ 生姜

ショウガ科

参考文献

原康明(編)(2009), 四季の野菜大図鑑, 株式会社権出版社

内田悟(編)(2011), 築地のプロ直伝 野菜のメキキ 果物のメキキ, NHK出版

JA東京中央会(発行)(2002), 江戸・農業名所めぐり, 農山漁村文化協会 他

○多摩青果の根生姜の主な入荷情報

	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	少											多
高知												
中国												

○根生姜の産地情報

高知：国内で最も生産量の多い産地。

露地栽培したものを10～11月にかけて収穫した後
定温・定湿の貯蔵庫で保管したものが通年入荷する。

中国：秋から冬にかけて収穫し、貯蔵したものが通年入荷する

根生姜

通年入荷。「ひね生姜」「囲生姜」ともいう。

収穫後、貯蔵してから出荷する。

特有の強い辛味と香りがあり

繊維は密でかたく、色が濃い。



新生姜

3～9月頃のみ入荷する。

初夏に出回る収穫されたばかりの根生姜。

繊維がやわらかくて白っぽく

茎の付け根は赤い。さわやかな辛味がある。



○根生姜の選び方と保存方法

選び方	ひね生姜は皮に傷がなく、重量感があり締まっているもの。 新生姜は皮に変色がなく、みずみずしくてしわの少ないもの。赤い部分が鮮やかなもの。
保存	生 ひね生姜は涼しい場合、常温保存。 夏は冷蔵庫野菜室で保存。 新生姜は水分が多く乾燥しやすいためキッチンペーパーに包み野菜室で保存の上早めに食べる。
	冷凍 すりおろしたり刻んだりしたものをラップで包みフリーザーバッグに入れて保存

○切り方で食感が変わる

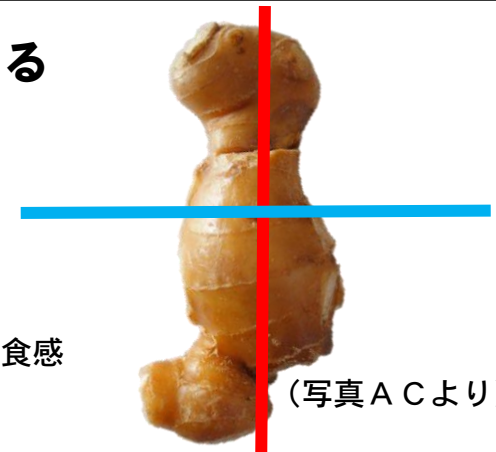
繊維を断ち切る

細胞が壊れやすく

シャキシャキとした食感

繊維に沿って切る

細胞が壊れにくくやわらかい食感



(写真A Cより)

○種類ごとの食べ方

ひね生姜は辛味を活かして薬味に使用するのが一般的。

新生姜は生食に向いているため、サラダや甘酢漬けなどにして食すことができる。

ショウガ 生姜

ショウガ科

○多摩青果の葉生姜の主な入荷情報

	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												
茨城												
千葉												
静岡												

○葉生姜の産地情報

茨城：行方地区が主要産地。

昔ながらの在来種を栽培しており、生姜本来の風味が特徴。

千葉：八街地区が主要産地。在来種を栽培。

静岡：久能が主要産地。当社での入荷量が多い産地。

温暖な気候を活かして栽培。さわやかな辛味と香りが特徴。

ハウスを使用し促成栽培を行うため

他産地より早い時期から入荷する。

○葉生姜の選び方と保存方法

選び方	可食部が白くみずみずしいもの。 葉がしおれていないもの。
保存	生 水気を取ってキッチンペーパーに包み ポリ袋に入れて冷蔵庫野菜室で保存
	冷凍 すりおろしたり刻んだりしたものを フリーザバッグに入れて保存

葉生姜

やなか

「谷中生姜」ともいう。

根生姜とは別品種であり

可食部が小さくやわらかいうちに葉ごと
収穫したもの。

冬場に種生姜を植え付け、春先から

夏にかけて収穫・出荷する。

茎が長く、付け根が赤い。

辛味が少なくみずみずしいため生食に

向いており、味噌などにつけるのが一般的。

乾燥すると可食部は黄色くなり

辛味が出てくる。



可食部

○「谷中」の由来

谷中生姜は江戸野菜の1つとして知られている。

その名前の由来は、かつての北豊島郡谷中本あたり

(現在の荒川区西日暮里1・2丁目)で栽培していたこと。

収穫がお盆の時期にあたる上、暑い時期の殺菌効果を期待して
商人や職人、谷中の寺社等がお中元の贈答品として利用したため
江戸中の評判となり、次第に生姜の特産地となった。

以来「谷中」は生姜の代名詞となり、現在も市場や飲食店等で
使用される。