

トウモロコシ

イネ科

参考文献

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
 内田悟(2012), 内田悟の野菜塾 旬野菜の調理技のすべて保存版 春夏, 株式会社メディアファクトリー
 講談社(編)(2013), からだにやさしい旬の食材野菜の本, 株式会社講談社 他

○多摩青果の主な入荷情報

産地	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
北海道												
岩手												
茨城												
群馬												
埼玉												
千葉												
山梨												
長野												
愛知												
香川												
熊本												
宮崎												

○月別情報

4月から西の産地が始まり、山梨、関東を中心にピークを迎え最後に北海道と、気候に合わせて産地リレーが行われる

4～6月：気候の暖かい宮崎・熊本など九州産を中心にハウス物の入荷が始まる。5月下旬～6月中旬に西の産地のピークを迎える。

6～8月：山梨・関東産も出揃い、年間の入荷のピークを迎える。主な産地は、茨城、群馬、埼玉、千葉、山梨など。

8～10月：関東産の入荷が落ち着く頃、北海道・東北がピークを迎える。徐々に入荷が落ち着き、シーズンを終える。

イエロー種

粒が黄色一色の品種。甘味の強さとジューシーさが魅力的。

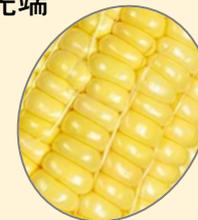
 ゴールドラッシュ：先端不稔が少なく根本から先端まで実入りが安定している

 きみひめ：山梨で生まれた品種。

甘さと果皮のやわらかさが特徴。

 みらい 味来：1990年代から親しまれ、生食する

先駆けとなった品種。さっぱりとした甘味をもつ。



バイカラー種

粒が黄色と白の2色からなる品種。

黄色と白の粒の割合は3対1。

 かんかんむすめ 甘々娘：糖度が高く時間経過による糖度低下が

ゆるやか。発芽率が低く栽培が難しい品種。

 ミルフィーユ：ミルフィーユを連想させる色合い。

フルーティな香りとコクのある甘さ。

 ドルチェドリーム：スイカのようなスイーティーな甘さ



ホワイト種

粒が白い品種。粒は小ぶりでやわらかく、

クリーミーな味わい。サラダなどの生食に向く。

 ピュアホワイト：フルーツのような強い甘味で

「幻の白いとうもろこし」とも呼ばれる



発行：東京多摩青果株式会社 営業開発部開発課

※2019年現在の多摩青果における各産地の情報とおおよその入荷時期です。気象条件等で実際の入荷状況は異なる場合があります。

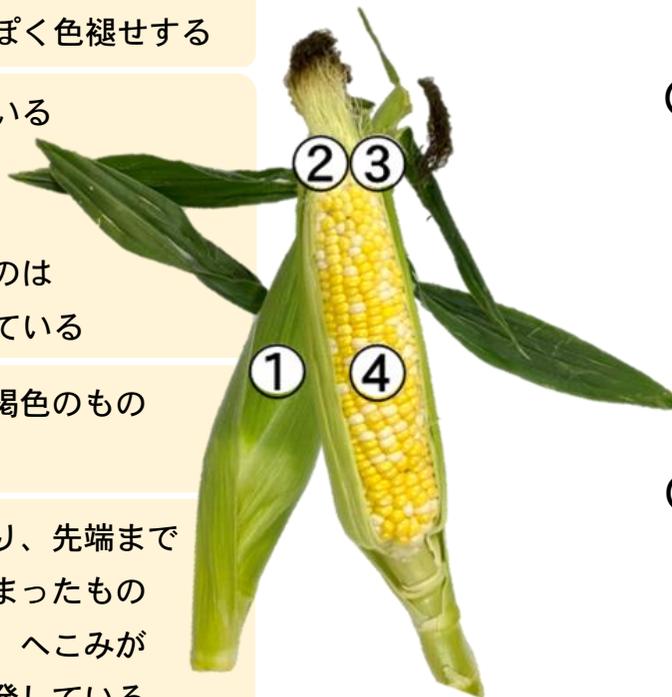
トウモロコシ

イネ科

○トウモロコシの選び方と保存方法

選び方のポイント

- ①皮の色が鮮やかでみずみずしく
緑色が濃いもの
→鮮度が落ちると白っぽく色褪せする
- ②ひげがふさふさとしている
→ひげの数と粒の数は
同数のため
ふさふさしているものは
粒もぎっしり詰まっている
- ③ひげが茶褐色または黒褐色のもの
→完熟の証拠のため
- ④粒がふっくらとしており、先端まで
隙間なくぎっしりと詰まったもの
→粒にしわがあったり、へこみがあるものは水分が蒸発している



○トウモロコシの糖度変化

高温や収穫後の呼吸により、糖分をエネルギーとして利用した結果、トウモロコシの糖度は下がる。したがって早朝に収穫し即時出荷される。時間経過とともに糖度が下がるためなるべく早く加熱することで、よりおいしく食べることができる。

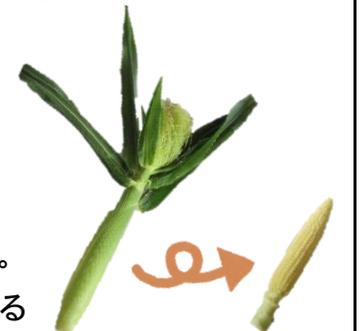
○先端不稔とは

せんたんふねん
雌穂の絹糸1本1本は全ての穂の中の粒につながっている。雌穂の子実が先端までしっかり肥大するためには全ての絹糸に受粉が行われることが必要。絹糸が傷んだり、花粉が付かなかったりすると右の写真のようなトウモロコシになってしまう。この状態を先端不稔という。



○トウモロコシの赤ちゃん

トウモロコシは1つの苗に何本もの実を成らせてしまうと実入りが悪くなり、味も落ちてしまう。おいしいトウモロコシを作るためには若いうちに摘果しなければならない。この摘果した実のことを「ベビーコーン（ヤングコーン）」と呼ぶ。国産のベビーコーンは皮付きのまま流通することが多くひげまで食べることができる。



保存	生	できるだけ早く加熱する
	冷凍	かために茹で、3cm程の輪切りか粒を外し、フリーザーバッグに入れて保存

発行：東京多摩青果株式会社 営業開発部開発課

※2019年現在の多摩青果における各産地の情報とおおよその入荷時期です。気象条件等で実際の入荷状況は異なる場合があります。