

# ゆで干し大根

長崎県での特産エリア  
長崎市、西海市

集荷量：138t (平成24年度)  
長崎県農協直販調べ



## ゆで干し大根とは

だいえいおくらだいこん

大栄大蔵大根という、専用の品種から作られます。大栄大蔵大根は、一般的な青首大根に比べ大きさは1.5倍です。形は寸胴型、色は真っ白で、最盛期には5~6キロにもなる大物です。身が固いので、茹でてでも型崩れせず、乾燥しても変色しにくいことから、最適の品種といえます。

## 機能性

大根に含まれるたんぱく質分解酵素「アミラーゼ」が、アミノ酸成分を分解する際に生じる旨みがゆで干し大根の旨みの秘密です。

ゆで干し大根は生の大根に比べ、食物繊維はおおよそ20倍です。カルシウムは12倍、リンは17倍、マグネシウムも10倍など、栄養が凝縮された食材です。

## 大栄大蔵大根の栽培の様子

播種の様子



大栄大蔵大根

## 製造工程

獲れたての大栄大蔵大根を短冊に切り、大きな釜で10~15分ほど茹でます。茹でてたてホカホカの大根は、冬の寒風の中、断崖の中空に作られた干し場で1~2日干し上げられ、ゆで干し大根の完成です。



※参考文献

・[長崎・旬・ものがたり11] JA全農ながさきHP

※写真提供：JA全農ながさき JA長崎せいひ