

ダイコン

ダイコンはおでんや各種の煮物、みそ汁などの加熱料理に使われる一方、生のままサラダやダイコンおろしに、刺身のツマにと応用範囲が広い。たくあんなどの漬け物にも、切干しダイコンの材料にもなる。煮てよし・生でよし・漬けてよし。家庭料理の万能野菜と言ってよい。

状況を一変した青首系ダイコン

アブラナ科植物のダイコン。原産地は地中海地方、中東付近、中国北部など諸説があつて明確ではない。野菜として使われたのは極めて古く、紀元前の古代エジプトでピラミッド建設にたずさわった人々がタマネギなどとともに常食していたとの記録がある。中国・朝鮮半島を経て日本に伝来したのは縄文か弥生時代のころ。720年に完成した「日本書紀」に「於朋泥」の呼び名が現れ、平安中期になると「大根」の文字が当てられた。音読みして「だいこん」となったのは室町時代という。

ダイコンは自然交雑しやすい植物であることから、日本各地で多数の地方品種が生まれた。いわゆ



地上に大きく身を乗り出し、収穫間近な青首ダイコン

る在来種が日本だけでも百種以上あるという。例えば、おでんに向く三浦、たくあんに適した練馬、丸くて軟らかな聖護院など、多くは風土の地名が付いている。長さや形はバラエティに富み、皮の色も白のほか黄・緑・赤・紫・黒とさまざま。もつとも、現代人の大多数は、ダイコンと聞くと青首ダイコンを思い浮かべるに違いない。近年流通している90%以上が青首系だからだ。葉に近い上部が淡い緑色の青首ダイコンは、愛知県の宮重ダイコンをベースにした一代雑種で、1974年に大手種苗会社が開発した。生長すると上部が地表から大きくせり上がるのが特徴で、日が当たった表面は葉緑体ができて淡緑色になる。その品種群

を「青首」と呼んでいる。甘みがあつて幅広い料理に向いている、中に「ス」が入りにくい、大きさが手頃で形が揃いやすい、収量が安定している、半分近く地上に出ているので簡単に抜き取れて作業が楽など、消費者・生産者の双方にメリットがあつたため、急速に全国に普及。日本のダイコン事情を一変させた。

大きな根と書くダイコン。一見すると葉の下にいきなり本体が付いているので茎はないように見えるが、実際にはある。青首ダイコンの土に潜った白い部分(主根)には「側根」という細いヒゲのような根が生えていて生育を司る。だが、地上に出た青い部分は側根がない。実はその部分が茎。つまり私たちは、ダイコンの根と茎を食べていることになる。



花は白が大半だが薄紫色もある



葉を広げてすくすくと生長



本葉が伸びてきた



ダイコンの種



堀越さんのダイコン畑。何列かずつ生育の度合いが異なる



抜いてきた出荷分を手際よく水洗い

東松山市上唐子の堀越又男さん（72）は、年間を通じて各種の露地野菜を栽培。主に農産物直売所「いなほてらす」に出荷する。春先には夏野菜苗も直売所に出す。主要品目の一つのダイコンは時季に適した作型で栽培し、9月末から翌年4月初めごろまで出荷。必ず葉付きのまま店頭に出すので、喜ぶお客さんが多いという。

◆自家製天日干しダイコンはいかが？

ダイコンの乾物では、切干しダイコンがポピュラー。手作りする場合は用途に合わせ、ダイコンをピーラーで帯状にしたり、拍子切りや輪切りにとさまざまな切り方に。干し方もドライやセミドライに。自家製天日干しダイコンの甘みや旨み、コリコリした歯ごたえは絶品。

●正統なダイコンのおろし方

ダイコンの繊維は縦に通っている。その繊維を断ち切るようにダイコンを立ててすりおろすのが正統な方法。繊維がきちんと切れ、水分も程よいダイコンおろしができる。せっかくのビタミンCを失わないよう、皮はむかずにおろすのがベスト。

●おすすめ簡単料理●

【ダイコンとホタテのあっさり煮】

【材料】（2人分）ダイコン（真ん中部分がおすすめ）8cm、ホタテ貝柱の缶詰（水煮）小1缶、ショウガ1かけ、酒大さじ2、しょうゆ小さじ2。



【作り方】①. ダイコンは4cm長さに切ってから1.5cm角の棒状に切る。ショウガは千切りにする。②. ①とホタテ貝柱を汁ごと鍋に入れ、水と酒各大さじ2を加えてふたをし、中火にかける。③. 煮立ってきたらふたをずらして弱火にし、ダイコンが好みの軟らかさになるまで（5～6分間が目安）蒸し煮にする。しょうゆを回し入れ、火を止める。④. 器に移し、ショウガを軽く混ぜる。

【ダイコンのツナマヨサラダ】



【材料】（4人分）ダイコン1/3本（400g）、ツナ缶小1缶（70g）、A（マヨネーズ大さじ3、こしょう少々）、塩小さじ1。

【作り方】①. ダイコンは食べやすい大きさの短冊切りにし、ボウルに入れて塩を振り混ぜ、10分ほどおく。しんなりしたら水洗いし、水けを絞る。②. ツナ缶は缶汁をきり、粗くほぐす。③. ボウルに①と②を入れ、Aを加えて混ぜる。

日本全国のダイコン収穫量（2018年産）は約132万8000ト。夏ダイコンが盛んな北海道をはじめ、千葉県・青森県・宮城県・鹿児島県・神奈川県などが続く。同年の埼玉県の出産量は約2万3400ト。深谷市・川越市・所沢市・さいたま市・新座市などの生産量が多い。埼玉では秋まき栽培（8～9月に播種し10～11月に収穫）、冬まきトンネル栽培（12～3月



直売所には風変わりなダイコンが並ぶことも



さまざまな太さの切干しダイコン。太いものは特に風味豊か

の別名をもつラディッシュも、畑やプランターで簡単に作れるので栽培してみたいもの。種まき後25～30日ほどで収穫できる。



かわれダイコンはスプラウトの元祖。緑の葉の下は胚軸と呼ばれる茎の部分

「大根百耕」が栽培のポイント

に播種し3月下旬～6月上旬収穫、春まき栽培（3～5月に播種し6～7月収穫）などの作型がある。家庭菜園の定番野菜でもあるダイコン。連作障害が少なく、発芽状態も良い。作土が深く排水の良い場所を選び、時季に合った品種を選べば容易に栽培できる。最も肝心な栽培ポイントは「大根百耕」のこと



形は面白いけれど失敗作

石、濃度の高い肥料などの障害物があると、根が二股にも三股にも分かれてしまう。根が硬い土の塊や小をまくこと。根が伸びようとすると、土に硬い土の塊や小をまくこと。根が伸びようとすると、土に硬い土の塊や小をまくこと。根が伸びようとすると、土に硬い土の塊や小をまくこと。