

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 2/Dec/2013/vol.274

## オレンジクイン 黄芯白菜（茨城県産） Napa cabbage “Orange-quin”

外見は、ほぼ普通の白菜、しかし縦に割ってみると鮮やかな黄色・オレンジ色の葉が顔を出します。ふんわりと巻かれたその状態から一枚ちぎって口に入れると、パリパリとした食感とほんのり甘く瑞々しさが広がり、サラダにも適した味わいと甘さ、鍋物だけではもったいないようです。火を通すと幾分中の黄色い部分がより濃い色になりますが、実はオレンジクインは栄養価も高く、それは普通の白菜に比べて約倍といわれています。このオレンジクインを開発した「タキイ種苗」が発表したところによると、その中身の色が他と違うことから分析をした結果、色素成分に抗酸化成分の「シスリコペン」が発見されたそう。通常の白菜はβカロテンが主要色素となっているのに対して、オレンジクインはプラス、この「シスリコペン」を含むことにより、体の中で抗酸化物質が効率的に吸収できるのと、「カロテノイド」や「ポリフェノール」も多く含むことが明らかとなり、機能性野菜としての資質もしっかりと兼ね備えているのだそうです。生食でも癖がなく、その上葉の黄色、薄オレンジ色が明るく爽やかでもあります。これからの季節食材としても大活躍の白菜、今までのものと比べて少し明るい色合いでお洒落な様子も目を引きます。冬の体への労りをも運んでくれるオレンジクイン、栄養の豊富な美味しく明るい色の白菜は、風邪などで体調を崩しやすい寒い季節を迎えるわたしたちの強い味方ともなってくれるに違いありません。