キュウリ ...kyuuri...

どこからきたの？

キュウリはウリ科ですが、原産地はインドヒマラヤ山麓と言われています。3，000年ほど前から栽培されていたようで、日本には中国を経て6世紀には伝わったと考えられています。

現在キュウリはごく一般的な野菜ですが、江戸時代半ば頃には、農業全書で『下品（げぼん）の瓜（うり）にて…』と紹介されているように、あまり重視されていませんでした。その後次第に、栽培されるようになり、地方色豊かな様々な形をしたキュウリが、日本各地で見られました。

戦後、食生活の変化に伴い生食用としての需要が高まっていきました。このため、現在栽培されているものは、見栄えも良く生食に適したキュウリ（白イボ系）の品種がほとんどです。

キュウリってすごいね!

キュウリは、そのほとんどは水分ですが、ビタミンやミネラルはビタミンA・B1・C、カリウム、カルシウムが含まれています。

カリウムには、体内の過剰な塩分を排出して血圧を正常に保つ作用があります。

キュウリの保存

保存に適した温度は10～13度です。水気をふき取り、ポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室で保存して下さい。冷やしすぎや乾燥は、しぼみや品質低下の原因となりますのでご注意ください。

高知産のやさい！

高知県は冬春キュウリの産地で、冬春キュウリの出荷量は全国第4位（平成23年度）です。県内では、高知市春野が主な産地で、高知県産キュウリの約半分が生産されています。

高知県では、ハウス抑制栽培（11～2月）とハウス促成栽培（12～5月）を中心に生産しており、品種は緑色が濃く光沢があり、表面にハリと艶があるものが主流になっています。