

小豆

【Adzuki bean】
マメ科 ササゲ属

小豆は、本来寒さに弱い作物ですが、生育期間が短くて良い上に、6月からの生育初期に梅雨がなく日照時間が長いことなどから、国内生産の9割以上は北海道産となっています。また、十勝地方のように昼夜の寒暖差が大きな地域では、でんぷん質が豊富に蓄えられるので、炊き上がりがほっくりとした甘味の強い小豆が出来上がるのです。

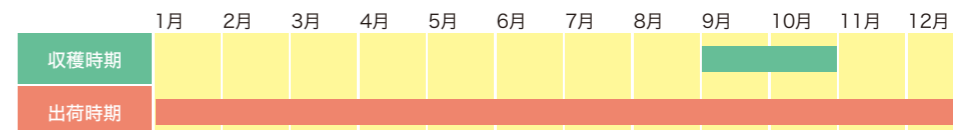
主な品種、特徴

- ▶ **エリモショウズ**
道内の主流品種。耐冷性、収量性、品質に優れる。こしあんや粒あんに向く。
- ▶ **きたのおとめ**
耐冷性、収量性、品質に優れる。こしあんに向く。
- ▶ **しゅまり**
あん色、風味に優れる。道央地域に多い。こしあんに向く。
- ▶ **アカネダイナゴン**
大粒系「大納言小豆」の北海道主流品種。風味が良く道央・道南地域に多い。粒あんや甘納豆に向く。
- ▶ **とよみ大納言**
極大粒。多収で品質も良く大納言系の代表品種。道央・道南地域に多い。粒あんや甘納豆に向く。
- ▶ **きたるまん**
耐性に優れ、ポリフェノール含有量が多い。十勝・道東に多い。こしあんや粒あんに向く。



▶ 収穫時期と出荷時期

北海道では5月中下旬～6月上旬が種まきの時期となります。生育期間は短く、9・10月頃に収穫されます。



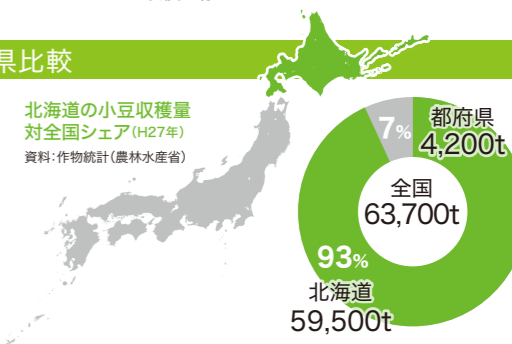
小豆を自然乾燥させる「にお積み」



収穫の様子

▶ 収穫量の都府県比較

北海道の小豆収穫量は、国内総生産の大半を占める全国一位です。H27年の収穫量59,500tは、全国63,700tの93%を占めています。



▶ 栄養成分の特徴

小豆は、ビタミンB1、カリウム、食物繊維を豊富に含んでいます。**ビタミンB1**は、糖質の代謝を促進し、脳へエネルギーを供給します。疲労回復や夏バテ防止などに有効です。**カリウム**は、塩分を体外へ排出促進させ高血圧予防に効くといわれています。また、**食物繊維**は、生活習慣病予防や便秘改善に有効です。さらに、外皮には**サポニン**が含まれているため、利尿作用を促進することでむくみの防止に効くほか、コレステロールや中性脂肪の低下にも効果があるといわれています。また、本紙8ページ「北海道産「豆」の底力 ～機能性成分の高さ!～」で紹介したとおり、道産小豆の**ポリフェノール含有量**は輸入の大半を占める中国産と比べ非常に高い値になっています。

▶ 主な加工品など

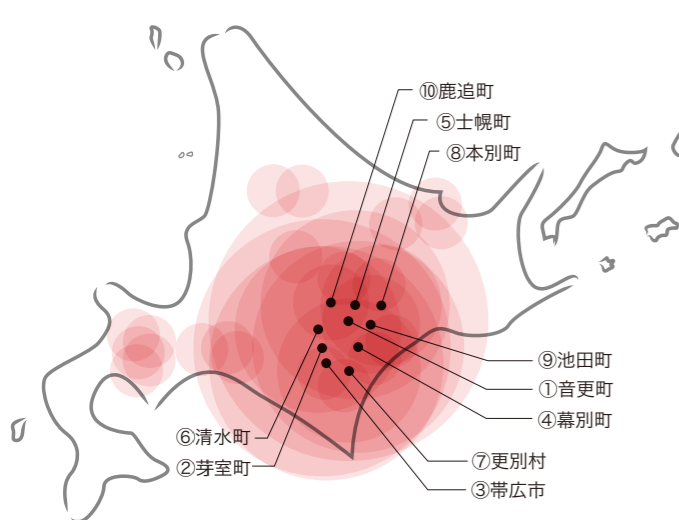
加工用途のほとんどが、あんや甘納豆となります。おはぎや大福など、粒あんを使った伝統的な和菓子、ぜんざいやお汁粉。三重県の伊勢名物「赤福餅」は、全てのが北海道産(主に十勝地方と上川地方)であることは有名です。



(株式会社 赤福HP 等)

北海道の主な小豆産地と収穫量 (H27年)

音更町、芽室町、帯広市、幕別町など、十勝地方が国内を代表する一大産地とブランドを確立しています。



① 音更町	6,550t
② 芽室町	5,770t
③ 帯広市	5,450t
④ 幕別町	3,580t
⑤ 士幌町	2,680t
⑥ 清水町	2,520t
⑦ 更別村	2,320t
⑧ 本別町	2,010t
⑨ 池田町	2,000t
⑩ 鹿追町	1,890t

資料:農林水産統計(北海道農政事務所)

研究開発の取り組み

小豆「きたるまん」のおいしさ発見!

2005年に北海道の優良品種に認定された「きたるまん」は、ポリフェノール含有量が高い一方、あんにした際に風味が弱いために、製あん業界からの需要は多くありませんでした。

付加価値を高め普及拡大を図る取組が進められ、「豆類色彩選別機」を改良してポリフェノール含量の異なる小豆を選別する技術を確立し、ポリフェノールの含有量が多い「きたるまん」を選別して用いることで、新ジャンル和菓子「冷やしあずき」の開発に成功しました。

(「ほっかいどうの希望をかたちに!」北海道立総合研究機構)

