

## 謎多き野菜 トウモロコシ

夏の野菜といえば何を思い浮かべますか？ ナス、トマト、きゅうり…これらと並んであげられるのがトウモロコシ。甘くて栄養たっぷり、老若男女に愛される人気野菜です。おいしいだけじゃない、トウモロコシは謎の穀物だってこと知っていましたか…？

### トウモロコシの基礎知識

トウモロコシといえばプチプチとした実の粒感と甘くてみずみずしい味が魅力ですよね。最近では白と黄色の2色の粒が混ざったものから真っ白な粒のものまで品種も様々。とうもろこしはおいしいだけじゃなく、身体のエネルギーになる炭水化物を主として、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンEなどのビタミン群、リノール酸、食物繊維、そしてカルシウム、マグネシウムなどの各種ミネラルをバランスよく含んでいる栄養豊富な食品なんだそうです。とくに、食物繊維の量は多く含まれているそう。栄養素は胚芽部分に多くあるのでできるだけ芯に近い粒の下の部分も食べましょう。

### 名前の由来

16世紀にとうもろこしは海を渡り日本へとやってきました。ポルトガル人から持ち込まれた「トウモロコシ」は、以前から中国より伝わっていた「モロコシ」という植物によく似ていたようで、「舶来」という意味をもつ「唐（トウ）」の文字をつけて「唐のモロコシ」、「トウモロコシ」と呼ばれるようになったそうです。

地域によって、トウモロコシにはいろんな呼び名があるのは知っていますか？北海道では「とうきび」と呼びます。同じ北海道でも函館を中心とする道南では、「とうきみ」と呼び、略して「きび」とか「きみ」と呼んだりするので、北海道ではよく「ゆできびあります」などの立て札を見かけるそうです。

近畿地方では「なんばん」や「なんば」と呼ばれていたそうで、当時は舶来という意味で「南蛮」という言葉も使われていたため、「きび」にも似ているとうもろこしは、「なんばんきび」と呼ばれていたそうです。

このほかにも、日本にはとうもろこしの呼び方がまだまだたくさんあります。「もろこし」「とうまめ」「とうなわ」などなど、200種類以上もあるとか。こんなに呼び方が違う野菜も珍しいのではないのでしょうか。

### 謎の生命体

みなさんは日頃、どれくらいトウモロコシを口にしていますか？年に数回くらい？

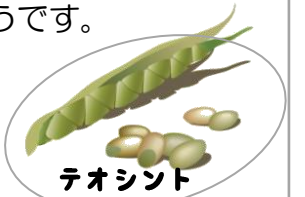
あるデータによれば、トウモロコシの年間生産量は8億トンと言われており、親しみのある野菜、人参ですら年間生産量は3000万トンくらいなのです。では、8億トンを超えるトウモロコシはどこで消費されているのでしょうか。

お菓子や加工食品、お酒、清涼飲料水のパッケージの裏に「コーン油」「コーンスターチ」などと記載されているのを見たことがありませんか？これらはどれもトウモロコシから作られている成分です。さらには、甘味料の「果糖ぶどう糖液糖」、健康食品の「難消化性デキストリン」という物質も、トウモロコシ由来となっています。また、現代の農家では牛や豚、鶏などの家畜のエサも大半はトウモロコシです。自分はトウモロコシを食べていないと思っている人も実際は毎日トウモロコシを口にしている生活をしているのです。

実はトウモロコシはどこから発生したのか、よくわからない植物なんだそうです。しかも、植物は種子を散布するために様々な工夫を凝らしているはずなのに、トウモロコシは「種」を落とさずとしな植物なのです。わたしたちが食べているあの黄色い粒は種子。その種は皮で大事に包まれているので、トウモロコシは人間の助けなしには育つことができないのです。

初めから人間に食べられることを前提に作られたかのような植物。そのため「宇宙人が古代人に食糧として授けた」とまで噂されているのです。マヤ文明の伝説では、神々がトウモロコシを練って人間を創造したと伝えられているそうです。

と、まあとうもろこしの起源については諸説があるそうですが、その中でも特に有力と言われている説が「テオシント起源説」です。それはメキシコ周辺に自生していたテオシントと呼ばれるイネ科の改良を続けて（もしくは突然変異をして）、今日のトウモロコシにたどり着いたとする説です。明確な起源は解明されておらず、作物化は他のイネ科穀物よりも困難だったと考えられているそうです。「宇宙人が古代人に授けた説」はちょっと怖いですが本当はどうなのでしょうが知りたいですね。



### 漢→字→し→り→と→り→迷→路

### 挑戦してみよう！ 穴あきクロスワード 6月号こたえ

スタート

声	名	場	期	待
楽	題	面	長	値
譜	話	談	位	段
面	接	相	置	換
類	写	真	穀	金

ゴール

スタートからゴールまで熟語のしりとりで移動する迷路ゲームです。正しいルートでゴールまでたどり着くと、通らなかったパネルが出てきます。

この余りのパネルの漢字をつなぎ合わせてできる熟語が「答え」になります。例題では「以」と「前」のパネルが余るので、「以前」が答えとなります。

半	形	図	別	行
生	地	鑑	識	動
改	種	品	物	植
良	以	嚴	正	統
性	別	莊	前	派

回答欄の⑦が二つあったので答えは二種類あります。すみませんでした。

よ	つ	か	ど			か	い	が	ら
		だ		と		だ			っ
	け	ん	こ	う	し	ん	だ	ん	こ
た	い			も		と			ぞ
	さ			ろ		ん			う
ば	ん	ち		こ	ん	び	に		と
		か		し		よ			け
こ	が	ら	し			う		い	ち
		こ		く	や	し	な	み	だ
ぜ	ん	ぶ		つ			い		い
ん				ず			よ		う
ご	ぼ	ん		れ	い	ぞ	う	こ	

1	2	3	4	5	6	7
も	う	は	ん	と	し	か

(だ)

# かんたんレシピ

## トウモロコシの天ぷら

✪材料✪ (3人分)

とうもろこし(生)	2本
小麦粉	大さじ5
水	大さじ3
塩	ふたつまみ
揚げ油	適量



- ① 皮をむいたとうもろこしの実を包丁でそぎながら取ります。
- ② ボールに①を入れ、小麦粉・塩を振り入れ、まんべんなく粉が付くよう軽く混ぜます。
- ③ ②に水を加えて、あまりこねないようスプーンで底から持ち上げるように混ぜる。
- ④ 大きいスプーンひとつすくい量の大きさで 180℃の油でカラリと揚げたら完成。

ほんのり塩味がついているのでそのままおいしい。



## 「くめぐみ」のつぶやき...



たまにふと思うこと

便利な世の中になったな〜というひとりで1台のスマホを持ち歩く連絡がとれて、ほとんどの情報を得ることが出来る。コンビニがどこにも24時間買いたいものが買える。キッチンでは食洗器がお皿を洗ってくれるし、魚も自動で焼いてくれる。お風呂は自動で暖めてくれるし、トイレは自動で流してくれる。特にトイレは外国人もびっくりで、私は田舎育ちなので結構大まかすぎるまで。お風呂は五右衛門風呂でシャワーも無く、トイレは外にあり汲み取りだったし、魚も外で七輪で焼いてました(猫に持つていかれないように見張り役をします)なのでちっと便利になりすぎじゃないかなんて思いますが三年先に大阪万博もあってまたまた便利な物が登場してくるでしょう。やっぱり期待しちゃいます。(心)

## 社長よりひとこと

いつもありがとうございます。記録的な早さで梅雨明けし、猛暑が続くと思ったら、戻り梅雨で緊急速報が出るような大雨だった。もうハチャメチャ! 四季がはつかりに暑さ寒さも激しさに受け入れられてた美しい国はどうなってしまうのか。これではまるで亜熱帯気候の国です。今からこんなに警報や避難指示が出るようなら、夏から秋の本格的な台風シーズンが心配です。毎日熱中症に注意と言われてますが、また増え始めたコロナと症状が似ていて不安です。おまみには怖がることはないと思いますが、それでも日々気を付けて元気に過ごしましょう。加藤淳



都市ガスリフォーム  
専門店

# か と けん ホーム

〒620-0042 福知山市北本町二区30-1 加藤建設(株) ホームページは



0120-24-1900

ホームページ

か と けん ホーム

検索

社長ブログ

かも社長

検索

ホームページは  
こちら↓

