

# ながねぎについて

平成30年12月3日  
北空知圏学校給食センター

根深ねぎ



葉ねぎ

4日の給食に使用している、ながねぎについてのミニおたよりです。ではさっそく質問です。よく“ネギぼうず”といわれますが、何を意味しているのでしょうか？

- ① ねぎの花
- ② ねぎの根
- ③ ねぎが好きなお坊さん

答えは①のねぎの花です。

ねぎの花



ながねぎの花は小さな花が集まって丸く咲くようすから坊主頭に見立てて、こう呼びます。日本では東日本で根深ねぎ、西日本では葉ねぎが好まれています。根深ねぎは、土を盛って日にあてないようにして白く育てます。白い部分に多く含まれる香り成分「アリシン」には体を温める作用があります。緑の部分には鼻や喉の粘膜を強くする風邪予防に役立つカロテンが豊富にふくまれています。