

キャベツ ってなに?

アブラナ科

◎キャベツのふるさと・来歴って…

キャベツは、人間とのつきあいが古い野菜です。もともとはケールという野生のキャベツが、古代から薬草として使われていたんだ。
日本に伝わったのは江戸時代で当初は観賞用、食用として本格的に栽培されるようになったのは、明治時代に札幌といわれています。(初導入は亀田村)

◎キャベツを食べると…

キャベツには胃炎や潰瘍の回復に効果があるといわれるビタミンUが含まれています。これはキャベツから発見されたので「キャベジン」とも呼ばれています。

また、キャベツの原種「ケール」は、現在日本では青汁の材料として親しまれています。

◎キャベツの産地って…

北海道の生産量は国内では第6位。

道内でみると、
第1位 鹿追町
第2位 芽室町
第3位 恵庭市

(令和元年 北海道野菜地図より)

◎キャベツの育て方って…

キャベツの生育期間は、およそ90日間。

30日程度育苗した後、畑に定植し、約2ヶ月で収穫が始まります。一部産地では収穫後雪中に貯蔵して、12月～翌年3月にかけて出荷します。
アブラナ科の野菜なのでアオムシ等の害虫発生に注意が必要です。

◎春キャベツと冬キャベツ?

一年中店頭に並ぶキャベツですが、出回る時期によって特徴があります。

「冬キャベツ」は甘みがり、煮込み料理にはぴったり!

一方「春キャベツ」はみずみずしくて、生食向きです。また、在来品種として一個8kg以上にもなる漬物用品種「札幌大球」があります。