



弥平とうがらし

激辛の中にうま味と清涼感

湖南省に古くから伝わる伝統野菜。長さ約5cm、オレンジ色で光沢のあるかわいい見た目とは裏腹に、タバスコの3倍強、タカノツメ（唐辛子）の約2倍もの強烈な辛さがある。糖度も約12度あり、辛さの中に豊かな香りとうま味、すっと抜けるような清涼感が広がる。下田なすと一緒に一夜漬けにするとおいしくなることから、地元では畑の隅で少しだけ栽培されてきた。しかし、新規就農者が弥平とうがらしの魅力を伝えたいと生産・加工に取り組み始めたことをきっかけに2011年に本格的に栽培が始まった。

ガスの直火で焦げ目がつくまであぶり、ヘタを取って醤油差しに入れておくと、口当たりまろやか、風味のある弥平とうがらし醤油に。冷奴やおひたしなど、様々な料理に利用できる。

トリビア

100年以上前、湖南省下田の弥平さんがこの地域に持ち帰り、栽培をはじめられたといわれる。最近では一味やチリソースなどの加工品も次々と開発され、ファンを増やしている。

| 旬 |



| 調理例 |

◎ 漬物	◎ 炒める
◎ カレー	◎ ピリ辛スープ
◎ 麻婆豆腐	

| 保存方法 |



常温または冷凍で保存する。

| 栄養成分 |

辛み成分カプサイシンは内臓感覚神経に働いてアドレナリンの分泌を活発にし、発汗を促す。ビタミンC、ビタミンE、βカロテンも含む。

| 問い合わせ先 |

JAこうか湖南営農経済センター
TEL：0748-72-1251

| 主な産地 |

湖南省



米・大豆・そば

畜産物

湖魚

野菜

果物

お茶・日本酒