



# ちよつと勉強室

No.226

平成28年12月

## 今回のテーマは ユズ



### (1) 基礎知識

果汁だけでなく果皮も丸ごと食べられ、お風呂にも利用される果実「ユズ」は、ミカン科ミカン属の常緑小高木で、柑橘類のうち香酸柑橘の一つです。白い花が咲き、熟すと果皮は緑色から黄色に変わり、扁球形の実を結びます。果皮の表面はでこぼこしており、果実は種子の多いものがあります。100g～120gくらいの大きさで、芳香と適度な酸味を持っています。

ホンユズとも呼ばれ、消費・生産ともに日本が最大ですが、中国の中央及び西域、揚子江上流が原産地です。渡来の経緯は不明ですが、平安時代と推定されています。学名は *Citrus junos*、別名ホンユ、ユノス、英名は Yuzu、中国名は香橙。平安時代に、中国語の「柚（ユウ）」から「ユ」と呼ばれ、「ユズ」と呼ぶようになったのは江戸時代以降といわれています。「柚子」は「柚（ユ）の実（ズ）」という意味で、植物そのものが「ユ」、その果実を「ユズ」というのが本来の形だそうです。

基本的に通年出回っていますが、初夏には青柚子が流通し、一般的な黄柚子は秋からで、12月が最盛期です。国内では、高知、徳島、宮崎、大分、埼玉が主な産地です。

### (2) 形態及び生態

柑橘類の中では耐寒性が強く、極東でも自生出来る、数少ない品種です。また、柑橘類に多い、そうか病・かいよう病への耐久があるため、ほとんど消毒の必要が無く、他の柑橘類より手がからないことや、無農薬栽培が比較的簡単にできることも特徴の一つです。

成長が遅いことでも知られており、「桃栗3年柿8年、ユズの大馬鹿18年」と呼ばれることがあります。種子から育てる実生栽培では、結実まで10数年かかるため、結実までの期間を短くするため、カタラチへの接ぎ木により、数年で収穫できるようにすることが多いです。

### (3) 生活への関わり

ユズは、完熟したものであっても酸味が非常に強いため、普通はみかんのように直接食べることは殆ど無く、果汁を調味料に用いたり、ジャムや韓国のゆず茶のように果皮ごと薄く切ったものを砂糖やはちみつ等に漬け込んだり、柚子コショウ等に加工して食します。

日本料理等に於いては、香味や酸味を加えるための調味料として果汁が用いられます。また、果皮は、乾燥して七味唐辛子に加えられたり、果肉部分をくりぬいて器（柚子釜）として用いられることもあります。

最近、スペインの著名なレストランであったエル・ブジが柚子を大々的に宣伝したのが発端となり、フランス料理を基とした西洋料理やチョコレート等の菓子類にも使用が広まりつつあります。

食用以外では、江戸時代の頃から冬至にユズを浮かべた湯舟に入浴する習慣があり、「ユズ湯に入れば風邪をひかない」と言われています。一説には湯治と冬至とのごろ合わせで、身体息災であれば融通が利くとのこじつけであるといわれますが、ユズ湯には血行促進効果があり、風邪の予防だけでなく、冷え症や神経痛、腰痛等を和らげる効果があるとされています。