

杉箸アカカンバ



敦賀市杉箸周辺で栽培されています。

杉箸周辺では大根やかぶを「カンバ」、赤かぶを「アカカンバ」と呼んでいました。

表面は赤色ですが、実は白色で、ゴマと呼ばれる赤い斑点があります。酢漬けにすると鮮やかな赤色になります。



● 収穫時期：10月～12月

栄養成分

可食部100gあたり

	エネルギー (kcal)	水分 (g)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (g)
根、生	22	93.5	1.1	0.3	4.3	2.5
葉、生	19	93.1	2.3	0.1	3.5	3.4

ミネラル

	ナトリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	カリウム (mg)
根、生	10	25	10	0.2	0	300
葉、生	7	130	15	0.6	0	468

ビタミン

	A:β-カロテン (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	葉酸 (μg)
根、生	0	0.02	0.04	21	59
葉、生	1800	0.03	0.07	88	155

Tr：検出感度以下

—：未測定

注)この成分値は平成16～18、23、26,27年度に測定した結果をまとめたものです
同じ食品でも年度、収穫時期、産地により値が異なりますので、ご注意ください