



# えらべるにんじんちゃーと

にんじんにだって個性がある。同じようにみえても、  
 品種・大きさ・味わい・かたさなどさまざまです。  
 そのような“ちがい”を好みにあわせて選んだり、  
 料理にかしこく活かしたら、より一層楽しいと思うのです。  
 VegeTanaQ で育てているにんじんちゃんを、  
 甘味・食感・香りという軸でチャート図にしてみました。  
 お気に入りのにんじんちゃんと出会えますように。



COOKING

## 1 もぐもぐさん(ひとみ)

色味・甘味がとにかく濃い! あっとおどろく程の柔らかな肉質は、サラダ・野菜スティックに Good!  
 色味・甘味を活かしてスイーツにもオススメです。

12月中旬～1月中旬頃

サラダ・野菜スティック

COOKING

## 2 もぐもぐさん(あけみ)

やさしいオレンジ色、滑らかな肌つやは上品な印象です。シャキシャキした食感が楽しめ、自然で素朴な味わいは野菜スティックに最高!

12月中旬～1月中旬頃

サラダ・野菜スティック

COOKING

## 3 ことことさん

ころころのかわいフォルムを活かして、このまま煮るのがオススメです。カレーやポトフなど煮込み料理やお弁当のちょっと使いにも。

11月下旬～3月上旬頃

煮込み料理  
カレー・ポトフ・きんぴら

COOKING

## 4 ぼりぼりさん

細いスティック状のにんじんで、そのままかぶりつきたい! 素朴な見た目ながらも、深みのある味わいで、おやつやおつまみにぴったりです。

11月中旬～3月上旬頃

ディップ野菜  
(ディップを添えて)

## 5 せんこうどの(碧南鮮紅)

これぞへきなんのにんじん! 大正時代から続くあいちの伝統野菜「碧南鮮紅」。適度な歯ごたえがあり、さっぱりとシンプルで“にんじんらしい”味わいです。

11月中旬～3月上旬頃

どんな食べ方でも!

## 6 きんときどの(金時人参)

東洋系ニンジン代表種。どっしりした深みのある赤色で細長い姿に特徴があります。豊かな香り広がる甘さと歯ごたえから、きんぴらや味噌漬にもぴったり。

11月下旬～1月中旬頃

お節料理やお雑煮に!

## 7 リッチさん(京くれない)

西洋×東洋のハイブリッド品種。華やかな香りと甘美な味わいが特徴的で、生でも加熱しても Good! にんじんのオレンジ色のβ-カロテン・赤色のリコピンと2つの色素成分をバランスよくたっぷり含みます。

11月中旬～2月下旬頃

どんな食べ方でも!

## 8 むらさきさん

細身でシュッとした見た目、鮮やかな紫色でインパクトがあります。焼芋のように焼くとホクホク食感で一層甘い! にんじんドレッシングにもオススメ。お酢に合わせるとキレイなピンク色になります。

1月中旬～2月下旬頃

サラダ・ドレッシング

## 9 彩ちゃん

赤・橙・黄など跳めるだけで彩り楽しいにんじん。甘さ控えめなシャキシャキした食感で、ディップ野菜やピクルス、お料理の彩りに!

11月中旬～3月上旬頃

ディップ野菜・ピクルス

無断転載を禁じます。