



ドライアプリコット ブレンハイム種とは

Apricot

<< あんずの予備知識 >>

○学名：Prunus armeniaca L.

○分類：バラ科 サクラ属 スモモ亜属

○起源：中央アジアから中国を中心としたアジア東部であるとする考えが有力

○名前の起源：アンズという名称が最初に使われていた文献は、林道春の「多識編」（1612年 辞書）とされており、「加良毛々（カラモモ） 俗称 安牟寸（アンズ）と記されている。

時を遡って、「本草和名」（918年 薬物辞典）と「和名類聚鈔」（931年～938年 辞書）に加良毛々（カラモモ）の和名で記録されている。

※引用 公益財団法人中央果実協会 「アンズ」より <https://www.japanfruit.jp/>



ブレンハイム種とは？
What's THE BLENHEIM



あんずの産地風景
Origin Landscape



干しあんずの栄養価
Nutrition

※国立国会図書館デジタルコレクションで調べてみました。

a)多識編5巻（林道春 慶安2年/1649年出版）の69コマ目には「杏加良毛々 俗ニ〇ク 安牟寸 異名 甜梅（カンケイ） 金杏（キンキヤツ）」とあり、先頭に「杏」という漢字が使用されているが、読み方は不明。

注1) ○は「云」に似ている漢字

注2) 金杏の片仮名ルビの最後の「ツ」は、「ウ」にも見えるが、他の「ツ」に近い

b)本草和名2巻（深江輔仁 他、寛政8年/1796年出版）の109コマ目には、「杏」、「杏子」と書かれており、「和名 加良毛々」とある。

ブレンハイム種とは？

アメリカ合衆国のカリフォルニア州ホリスター地区を中心に栽培されるアプリコット。

数ある品種のなかでも最もドライフルーツに適しているといわれ、その土地の気候を利用したエコロジカルな天日干しによって作られます。

甘味と酸味のバランスが良く、嚼むと広がるブレンハイム種特有の香りが上品な味わいを楽しめます。

ブレンハイム種は別名「ロイヤル」又は「ロイヤルブレンハイム」と呼ばれております。



*** 名前の由来がちよっと素敵です ***

世界遺産の宮殿から名付けられた!?

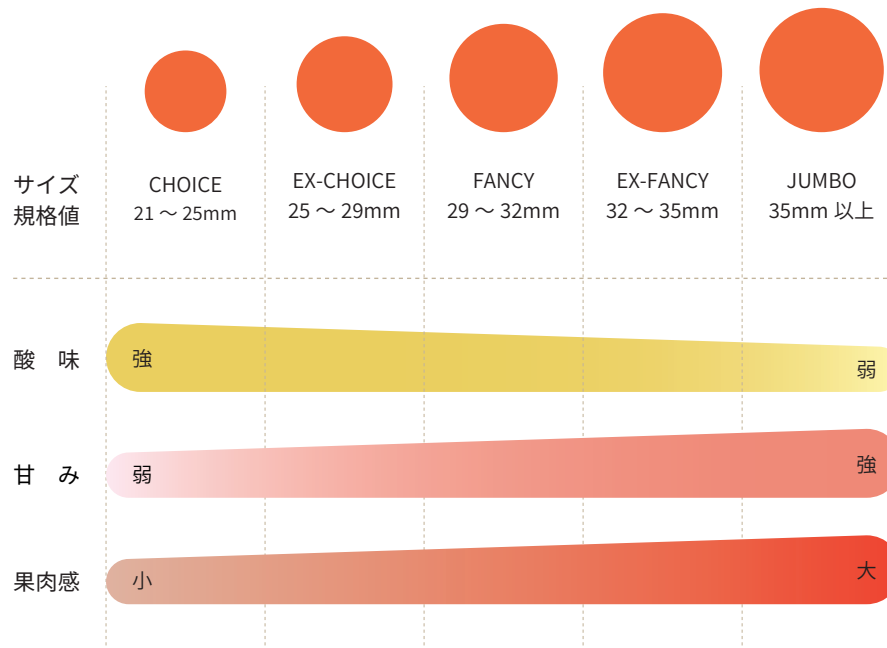
ひとつの説として今から200年前、パリのルクセンブルグガーデンに植えられていたアプリコットの苗木が「ロイヤル」という名前で人々に紹介されました。およそ20年後、イギリスにあるブレンハイム宮殿の庭師の長であったシブレイと呼ばれた男の娘が「ロイヤル」と言われたアプリコットの種を植えて、その木になった実を「シブレイのブレンハイム」と呼びました。その後「ロイヤル」と「シブレイのブレンハイム」は、1880年代に貿易によってカリフォルニアまで苗木が持ち込まれました。ところが、第一次世界大戦がはじまると、ヨーロッパからの苗木の輸入が止まり、慌てた苗木栽培者たちが注文に応じるために「ロイヤル」と「シブレイのブレンハイム」を分けずに出してしまったことで2つの品種が交配してしまったことから、「ロイヤルブレンハイム」と名付けられたと考えられております。

今や世界遺産となった宮殿の庭にも植えられるほど、あんずの花や実は人々を魅了する価値のあるものであったのでしょう。

ロイヤルなアプリコット・・・響きのいい名前ですね。

ブレンハイム種の分類

1. ハーフカット5段階



※農産物のため多少の誤差があります。酸味・甘み・果肉感のレベルは目安です。

JUMBOサイズは収穫量全体の3%未満（収穫年によって変動）しかなく、非常に希少です。

小さいサイズは酸味が強いのでジャムやコンポートにすると、その酸味が生きてきます。

2. SLAB（完熟アプリコット）



ハーフカットにできないくらい熟して軟らかくなったアプリコット
ハーフカットと比べてしっとり感があり、やわらかく、異なった味わいです。

3. WHOLE（種付きアプリコット）



種を抜かずに、丸ごと天日干しにしたアプリコット

希少なアプリコット

ブレンハイム種は栽培に手間がかかる割には、単収（単位面積当たりの収穫量）が低いことから栽培する農家さんが年々減っております。地元でも消滅する品種として記事になりました。いくつかの農家さんは、3代に渡り事業を継承して、ブレンハイム種を守り続けております。（※アメリカでは少なくとも20種類前後のアプリコットが栽培されております。）

日本においても、一般的なスーパーの店頭では見かけることは難しく、非常に手に入りにくい商品です。実は、ほとんどの方は気付いておりませんが、甘味処、一部の老舗菓子店やパン屋さんでは、このブレンハイム種を自社で加工して、彼らの商品の原材料として使用しており、40年近く使っているお店もあるのです。

●[ブレンハイムアプリコットの希少性についてはこちら](#)



農場主のジム氏とマリ夫人はブレンハイムアプリコットをこよなく愛し、ドライアプリコットのプレザープなど、自家製のスイーツも目ら手がけるこだわり派。



農場主のマーク・キブソン氏は、自慢のアプリコットについて熱心かつ丁寧に語ってくれる職人気質。彼の仕事は芸術の域である。



アプリコットの果皮は非常にデリケート。落下する前の食べ頃を一つずつ丁寧に手摘みしていきます。カリフォルニアの広大な土地での作業は大変なのです。

気になるブレンハイム種の味は？

そこで気になるのがブレンハイム種の味。実際、現地に出向いた際に市場や農園でブレンハイム種を食べてきました。よくある酸っぱいだけのあんずと比べ**完熟したブレンハイムアプリコットは日本のもものように甘く、程良い酸味があります。**数ある品種の中で**最もドライフルーツに適している**といわれておりますが、生鮮のままでも非常に美味しいのです。生鮮のブレンハイム種は日本では出回らないためこの地でしか味わうことのできない「アプリコット」であります。他の品種のあんずも食べてみたのですがやはりブレンハイム種が美味しかったです。



収穫期のアプリコット。この時点でおいしそうです。



完熟したアプリコットをカットすると、果汁がじわりと染み出てきます。日本では輸入できないためこのおいしさを伝えられないのが残念です。



サンフランシスコにあるグルメに話題のスポットでは、こんがり焼いたタルトにアプリコットが使用されていました。

あんずの産地風景（カリフォルニア州ホリスター）

弊社が力を入れて輸入しているドライアプリコットブレンハイム種は、農業が盛んなカリフォルニア州ホリスター地区を中心に栽培されています。収穫期は6月～7月頃、苗木の寿命は20年程で8～16年目が最盛期と言われています。



収穫期の農園風景。



収穫を迎えるブレンハイム種。



実りを迎えた実は6月頃から収穫されます。



収穫されたあんずはコンテナへ。コンテナからはあんずの良い香りが漂います。



コンテナがいっぱいになったら洗浄工程へ。あんずが水に飛び込んでいく風景は見えて気持ちがいいです。



綺麗に洗浄されたあんずはハーフカットされ、一つずつ手作業でトレーに並べられます。



ハーフカットされたあんずはトレーの上で天日乾燥します。



広大な大地に1トレーずつ並べていき、7～10日かけて天日乾燥されます。



カリフォルニアの太陽と広大な大地で作られるドライアプリコットは自然の恵みがギュッと詰まっています。

■干しあんずの栄養成分表
(可食部100g当り)

エネルギー	288kcal
水分	16.8g
たんぱく質	9.2g
脂質	0.4g
脂肪酸	
飽和脂肪酸	(0.01g)
一価不飽和	(0.06g)
多価不飽和	(0.06g)
コレステロール	(0mg)
炭水化物	70.4g
単糖当量	(49.9g)
食物繊維	
水溶性食物繊維	4.3g
不溶性食物繊維	5.5g
食物繊維総量	9.8g
灰分	3.2g
ナトリウム	15mg
カリウム	1,300mg
カルシウム	70mg
マグネシウム	45mg
リン	120mg
鉄	2.3mg
亜鉛	0.9mg
銅	0.4mg
マンガン	0.32mg
βカロテン	4,800μg
βクリプトキサンチン	270μg
ビタミンA (レチノール活性当量)	410μg
ビタミンE	1.4mg
ビタミンB2	0.03mg
ナイアシン	3.5mg
ビタミンB6	0.18mg
葉酸	10μg
パントテン酸	0.53mg

【日本食品標準成分表2015年版（七訂）】

【あんずに含まれる特筆すべき栄養素】

※PDFをご覧頂くためには[Adobe Reader](#)が必要になります。



●βカロテン

あんずの果肉に含まれるβカロテンは他の果物よりも非常に多く含まれ、抗酸化作用や粘膜の保護作用のあるといわれるビタミンAに変換されることから、アンチエイジングや冷え症によいとされています。

β

[βカロテン \(PDF\)](#)

●食物繊維

食物繊維は人の消化酵素によって消化されない食物中の難消化性成分の総称です。かつて栄養的には価値のないものとされていましたが、近年は健康維持に必要なものということがわかり「第六の栄養素」とも呼ばれています。食物繊維は便秘予防のほか、心筋梗塞、糖尿病、肥満など生活習慣病の予防に役立つことがわかってきています。現在ではほとんどの日本人が不足気味であるため、積極的な摂取が推奨される食品成分です。

Dietary Fiber

[食物繊維 \(PDF\)](#)

●カリウム

カリウムはナトリウムとバランスを取りながら細胞の浸透圧を維持調整する働きがあり、人体には欠かせないミネラルのひとつです。日本人は食塩（ナトリウム）の摂り過ぎが指摘されていますが、カリウムにはナトリウムの排出を促進し、血圧上昇を抑制する働きがあるため高血圧の予防に効果があります。

K

[カリウム \(PDF\)](#)

●鉄

血液中のヘモグロビンの鉄は酸素を体中に運び、筋肉中のミオグロビンの鉄は血中の酸素を細胞に取り入れ蓄える働きをもっているため、酸素を効率的に全身にいきわたらせるために鉄分は欠かせない栄養素です。貧血予防のために必要不可欠であることは有名ですが、疲労回復や体内に必要以上に増えると悪影響を及ぼす活性酸素を分解する働きも持っています。

Fe

[鉄分 \(PDF\)](#)

●余談

杏仁と呼ばれ杏仁豆腐に使用されるあんずの種に含まれるアミグダリンは咳止め作用があるといわれることから、昔から中国では漢方薬として使用されてきました。

■生鮮あんずと干しあんずの栄養比較

	カリウム(mg)	鉄(mg)	βカロテン(μg)	食物繊維(g)
生鮮あんず	200mg	0.3mg	1,400μg	1.6g
干しあんず	1,300mg	2.3mg	4,800μg	9.8g
	6.5倍	7.6倍	3.4倍	6.1倍

生鮮あんずと干しあんずの栄養価を比較すると、干しあんずの栄養価が増えていることが分かります。あんずを使ったパンやケーキを作るなら味も栄養も凝縮された干しあんずをおすすめします。

ドライアプリコットを使ったレシピはこちら

※おすすめのブレンハイム種のドライアプリコットを主に、ドライフルーツを使って、簡単にもっとおいしく食べられるレシピを公開しております！



<http://www.sankaico.com/ans-recipe/>

