

インカのめざめ



長所

- ・ビタミンC 多く食味も優れる。
- ・ビタミンB 1、カリウム、ナイアシンなど栄養価が高い。
- ・カロチノイド／ゼアキサンチンが豊富で活性酸素に対抗期待。
- ・でん粉価高いが煮崩が少なく濃厚味。
- ・お菓子にヘルシーに利用可能。
- ・ペプチド多く含みコレステロールと中性脂肪を減らす働きあり。
- ・味はナッツや栗に似た独特の風味で非常に旨く、栗やサツマイモのようだと評する人が多い。

短所

- ・平均約50 g とごく小さい。
- ・収量は「男爵薯」の70%と極少
- ・ウイルス病に罹病しやすい
- ・シストセンチュウ抵抗性なし
- ・掘残が大量に発生するおそれ
- ・休眠期間が極短く茎葉の黄変後は速やかに収穫し要冷蔵。



アンデスで独特の食味と風味で人気の小粒種を日本でも栽培できるように改良してきた品種です。栗かさつまいものような風味と、じゃがいもとは思えない鮮やかな黄色が特徴的。そのままレンジで加熱しても揚げジャガ、茹でじゃが、サラダなどに糖度が6～8度と高く、甘みと濃厚な味わいが特徴です。