



タマネギで
ぶたにく ふく
豚肉に含まれる
ビタミンB1の
きゅうしゅう うなが
吸収を促す

てま
ひと手間かけて
しゅさい
タマネギを主菜に

タマネギシューマイ
おん や さい ぞ
温野菜添え

エネルギー 一人あたり307キロ

●かんたん！シューマイのつづ かつ
包み方



ざいりょう
材料 (4人分)

豚ひき肉	300グラム
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ2
ごま油	小さじ1
砂糖	小さじ1
塩・こしょう	少々
タマネギ	200グラム(1個相当)
かたくり粉	適量
シューマイの皮	20枚
レタス	6枚
ミニトマト	8個
ブロッコリー	1株
カボチャ	70グラム
からし醤油	適量

つく かつ
●作り方

- ①ひき肉はよく練り、④、塩、こしょうを加え、混ぜ合わせます。みじん切りにしたタマネギは、かたくり粉をまぶしてパラパラの状態にし、ひき肉に混ぜ込みます。
- ②レタスは千切りにし、水にさらしてパリッとさせておきます。ブロッコリーは小房に分け、カボチャは一口大に切ります。
- ③シューマイの皮に具をのせて、手のひらで包むようにしながら縦長に包みます。あらかじめ蒸し器を熱し、蒸気が上がった後で10分蒸します。途中で野菜を入れ、約5分蒸します。レタスを敷いた皿にシューマイをのせ、ミニトマト、ブロッコリー、カボチャを添えます。

でんとう さつぼろ き かつやく
東区伝統のタマネギ「札幌黄」の活躍

北海道にタマネギが入ってきたのは明治4年のこと。アメリカからタマネギの種がもたらされ、開拓使が札幌で試作したのが始まりで、東区の前身である札幌村でも開拓使や札幌農学校（現在の北海道大学）の指導によりタマネギ栽培が徐々に広がりました。

札幌村の各農家で作られたタマネギはまとめて「札幌黄」と呼ばれ、各農家の競争のおかげでみるみるうちに品質が向上した札幌黄は、札幌村自慢のブランドに成長。明治30年代ころから、商人による本州の商社への市場開拓や、農家の人たち自らが東京へ出向き、ピラをまい



↑明治末ころのタマネギ出荷の様子

て宣伝するなど努力を重ねることで、国内はもとより、海外にも広く札幌黄が知れ渡るようになりました。

長い間、札幌のタマネギの代表品種として活躍していた札幌黄でしたが、栽培が難しく手間も掛かることから昭和40年代をピークに生産量が激減してしまいました。しかし、甘さと辛さのバランスが良く柔らかい、昔ながらの札幌黄を求める消費者の声はいまだに多く、伝統を受け継ぐ一部の農家の絶え間ない努力により、札幌黄は、今なお札幌の地でしっかりと、そして着実に育ち続けているのです。

参考文献：ひがしく再発見 まちの歴史講座②
とれとれ！とれたてっこ vol.1 2008



↑札幌村郷土記念館（北13東16）の前庭にある「札幌玉葱記念碑」。この辺り一帯が日本におけるタマネギ栽培発祥の地であったということが示されています。