

かぼちゃ料理の新たなレシピ開発に向けた嗜好調査

澤辺桃子・伊木亜子

A preference survey of pumpkin dishes for new recipe development

Toko SAWABE and Ako IGI

1. はじめに

北海道は、かぼちゃ出荷量が国内第1位であり、出荷量全体の約50%を占める一大産地である¹⁾。特に道北エリアや道央エリアの生産が盛んで、本学が位置する道南エリアでは、森町や厚沢部町が主な産地となっている²⁾。かぼちゃは栄養価が高く、貯蔵中も抗酸化作用をもつβカロテンが増加³⁾、長期間保存が可能な緑黄色野菜である。そのため、古くから行事食として「冬至かぼちゃ（小豆かぼちゃ、かぼちゃのいとこ煮、ともいわれる）」が知られ^{4,7)}、太平洋戦争末期には米の代用にも使われた⁸⁾。また、かぼちゃは、「野菜が嫌いな層」の好きな野菜上位にジャガイモ、サツマイモ、トウモロコシと共に挙げられ、幅広く好まれる野菜のひとつといえる⁹⁾。近年、成長が著しい惣菜市場においても「かぼちゃ煮」や「かぼちゃサラダ」は定番の惣菜となっており、食卓に身近な野菜である¹⁰⁾。

本研究では、地産地消と好まれる野菜としての可能性をさらに広げることを目的に、かぼちゃ料理の嗜好性とかぼちゃのもつイメージについて調査し、本学で工夫して調理したかぼちゃ料理の嗜好性の評価結果を分析して、新たなレシピ開発に役立つ要素を見出したので報告する。

2. 方法

(1) かぼちゃ料理の調理

本研究で調理したかぼちゃ料理は、次の5品である。「かぼちゃだんご」、「かぼちゃのそぼろ煮」、「かぼちゃコロッケ」、「かぼちゃのマリネ」、「かぼちゃのロールケーキ」。

「かぼちゃだんご」は、北海道の郷土料理のひ

とつである¹¹⁾。「かぼちゃのそぼろ煮」は、定番の惣菜として認知されている料理¹²⁾、「かぼちゃコロッケ」、「かぼちゃのマリネ」、「かぼちゃのロールケーキ」は、本学で新たなレシピ開発に取り組んだ料理である。各料理のレシピをTable 1-a～eに示した。レシピに従って本学で調理し、提供した試食の盛り付けをFig.1に示した。

(2) アンケート調査

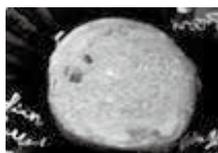
本研究におけるアンケート調査は、2019年10月に試食会と合わせて実施し、対象は、本学在学学生、野又学園教職員および本学来校者とした。調査内容は、性別、年齢、出身地、かぼちゃの食習慣、イメージ、かぼちゃ料理及びかぼちゃ菓子の嗜好性、試食5品の嗜好性とし、10代から80代の男女、89人の回答を得た。かぼちゃ料理及びかぼちゃ菓子の嗜好性調査では、「かぼちゃの煮物（かぼちゃ煮）」¹⁰⁾、「かぼちゃと小豆のいとこ煮」^{4,7)}、「かぼちゃコロッケ」¹³⁾、「かぼちゃスープ」¹⁴⁾、「かぼちゃだんご」¹¹⁾、「かぼちゃ羊羹」¹⁵⁾の6品を引用した資料の掲載内容をもとに代表的な料理と菓子として選定した。アンケート設問項目は、Fig.2に示した。なお、アンケート調査は無記名とし、個人が特定されることのないように回収し、集計及び分析をおこなった。

(3) アンケート調査の分析

かぼちゃ料理及びかぼちゃ菓子の総合的な嗜好性及び試食5品の嗜好性については、5段階評価とし、代表的なかぼちゃ料理や菓子の具体的な料理名に対する食頻度は、回答者の経験にもとづく内容であることから中間的選択肢を除い

Table 1-a かぼちゃだんご レシピ

かぼちゃだんご



食品名	分量(5人分、10個)	栄養成分(1人当たり)
かぼちゃ	400 g	熱量 199 kcal
片栗粉	80~100 g	たんぱく質 1.6 g
塩	小さじ1/2	脂質 7.4 g
油	36 g	炭水化物 31.2 g
		食塩相当量 0.6 g

【下準備】

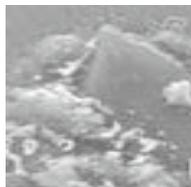
かぼちゃを3.5 cm × 4 cm × 3.5 cmの形状を目安に切る。
種子および皮の硬い部分を取り除く。

【調理】

- ①鍋にかぼちゃと、かぼちゃが被るくらいの水を入れ、火にかけて軟らかく煮る。
- ②一度とりだし、鍋の湯を捨ててからもう一度鍋に戻して軽く火にかけて水分をとばす。
- ③かぼちゃをボウルに入れて、粗くつぶす。塩と片栗粉を加えて混ぜ、ひとまとめにする。
- ④直径3.5cm、長さ15cmほどの棒状にまとめて10等分に切る。
- ⑤フライパンに油をひき、きつね色になるまで焦げないように両面を弱火でゆっくり焼く。焼き時間は片面3~4分くらいが目安。じっくり中まで火を通さないと、中が生焼けでもちもちしない。

Table 1-b かぼちゃのそぼろ煮 レシピ

かぼちゃのそぼろ煮



食品名	分量(4人分)	栄養成分(1人当たり)
花かつお	20 g	熱量 340 kcal
水	800 cc	たんぱく質 21.0 g
かぼちゃ	600 g	脂質 10.0 g
鶏ももひき肉	320 g	炭水化物 38.0 g
砂糖	18 g	食塩相当量 1.0 g
酒	15 g	
しょうゆ	35 g	
生姜	5 g	
水溶き片栗粉	12 g	

【下準備】

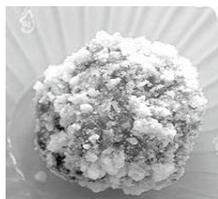
- ①水800ccを沸騰させ、かつお節を加えてひと煮立ちしたらすぐに火を止めて濾し、一番だしをとる。
- ②かぼちゃは種子とわたを除いて3.5 cm × 4 cm × 3.5 cmの形状に切り、面取りする。
- ③生姜は千切りにし、水にさらしておく。

【調理】

- ①鍋にだし600ccと砂糖、酒、しょうゆを入れ火にかける。沸騰したらかぼちゃを入れて中火にし、落とし蓋をしてやわらかくなるまで煮る。途中、鶏ひき肉を入れ、肉に火が通ったらアクをとる。
- ②かぼちゃに煮汁を煮含めたら、水溶き片栗粉でとろみをつけて火からおろす。
- ③器にかぼちゃとそぼろあんを盛りつけ、千切りにした生姜をのせる。

Table 1-c かぼちゃのコロケ レシピ

かぼちゃのコロケ



食品名	分量(4人分)	栄養成分 (1人当たり)	
かぼちゃ	300 g	熱量	240 kcal
しめじ	30 g	たんぱく質	4.7 g
とうもろこし	30 g	脂質	6.5 g
いんげん	20 g	炭水化物	41.7 g
たまねぎ	80 g	食塩相当量	0.8 g
片栗粉	36 g		
薄切り餅	120 g		
塩	1.5 g		
こしょう	少々		
油 (揚げ油) + 手に塗る油	24 g		

【下準備】

- ①オーブンを210°Cに予熱する。
- ②いんげんは硬めに塩ゆでする。
- ③とうもろこしは硬めに塩ゆでし、芯と実に分けておく。
- ④種とわたを除いて3cm程度に切る。

【調理】

- ①かぼちゃを柔らかくなるまで蒸す。(蒸し時間目安15分)
- ②竹串がすっと通るまでかぼちゃに火が通ったら、熱いうちに粗くつぶす。
- ③薄切り餅を天板に8枚並べて210°Cに予熱したオーブンで片面3分ずつ、計6分焼く。餅をオーブンから取り出し粗熱が取れたら、袋に入れすりこぎで叩いて砕いた後、フードプロセッサーで細かくする。
- ④玉ねぎをみじん切りにする。しめじと茹でたいんげんを細かく切る。
- ⑤玉ねぎを炒める。色が透明になってきたらしめじを合わせて薄く茶色になるまで炒める。火を止めたら粗熱をとる。
- ⑥ポウルに②のかぼちゃと塩・こしょうを入れてこねる。片栗粉で硬さを調整し、とうもろこしといんげん、⑤の炒めた具材を加えてまとめる。
- ⑦手に油を塗り、直径3cm程度の大きさに丸める。
- ⑧⑦の丸めたかぼちゃに③の餅の衣をつける。
- ⑨表面が焦げないように170~180°Cの油で揚げる。

Table 1-d かぼちゃのマリネ レシピ

かぼちゃのマリネ



食品名	分量(4人分)	栄養成分 (1人当たり)	
かぼちゃ	300 g	熱量	113 kcal
玉ねぎ	100 g	たんぱく質	2.2 g
赤パプリカ	70 g	脂質	0.3 g
ごぼう	40 g	炭水化物	26.3 g
黒酢	40 g	食塩相当量	1.3 g
レモン汁	20 g (1/2個)		
砂糖	18 g		
塩	5 g		

【調理】

- ①かぼちゃは種とわたを取り、皮ごと2mm程度の薄切りにしておく。
- ②たまねぎを薄くスライスして水にさらす。赤パプリカは、たてに薄切りにする。
- ③ごぼうをさがきにし、水につけておく。
- ④①のかぼちゃを油で揚げる。表面がカリッとなるまで150~170°Cで素揚げして油を切っておく。
- ⑤③のごぼうをザルにあけて水気をふき取り、カリッとなるまで150~170°Cで素揚げして油を切っておく。
- ⑥マリネ液を作る。砂糖、塩、黒酢を合わせて火にかけ、砂糖が溶けたら火を止める。室温まで冷ましてレモン汁を入れる。
- ⑦②の水にさらしておいた玉ねぎの水気をしっかりと切る。
- ⑧④のかぼちゃ、⑦の玉ねぎ、②のパプリカを、⑥のマリネ液と和えて、なじませておく。
- ⑨彩りよく盛り付け、最後に⑤の素揚げしたごぼうを上から散らす。

Table 1-e かぼちゃのロールケーキ レシピ

かぼちゃロールケーキ



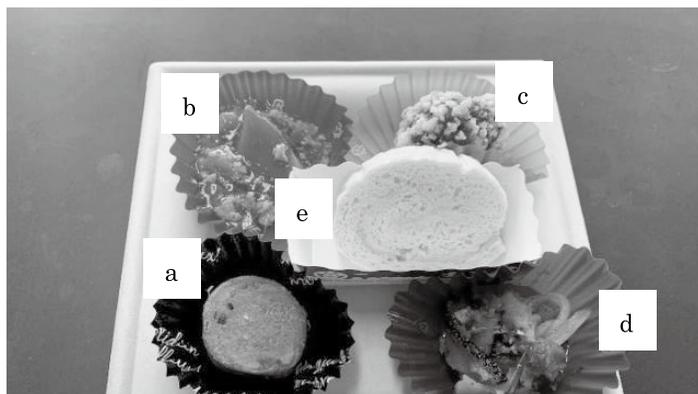
食品名	分量(1本分)	栄養成分 (1人当たり)	
生地		熱量	192 kcal
卵黄	6個	たんぱく質	5.1 g
グラニュー糖	50 g	脂質	11.9 g
かぼちゃペースト	100 g	炭水化物	15.2 g
卵白	6個	食塩相当量	0.1 g
薄力粉	110 g		
バター	20 g		
パンプキンシード	10 g		
クリーム			
かぼちゃペースト	150 g		
生クリーム	250 g		
グラニュー糖	15 g		
シロップ			
グラニュー糖	50 g		
水	25 g		

【下準備】

- ①薄力粉はふるっておく。
- ②バターは湯煎で溶かしておく。
- ③オーブンは180°Cに予熱しておく。
- ④天板に紙を敷いておく。
- ⑤かぼちゃは種とわたを取って3cm大に切る。軟らかくなるまで10分程度蒸して裏ごしして、かぼちゃペーストを作っておく。

【調理】

- <生地>
- ①卵黄にグラニュー糖を加え、すり混ぜたあと、かぼちゃペーストを加えて混ぜ合わせる。
 - ②卵白を溶きほぐし、泡立てる。グラニュー糖を3回に分けて加え、メレンゲを作る。
 - ③①の卵黄に②のメレンゲを加えて、ゴムベラで混ぜる。
 - ④薄力粉を加えて粉が見えなくなるまで混ぜ、バターを加えて混ぜ合わせる。
 - ⑤天板にパンプキンシードを広げ、その上から生地を流しこむ。
 - ⑥180°Cのオーブンで10分焼く。
- <クリーム>
- ①かぼちゃペーストに生クリーム100gを合わせる。
 - ②残りの生クリーム150gにグラニュー糖大さじ1を加え、7分立てにする。
 - ③②の立てた生クリームに①のかぼちゃクリームを3回に分けて加え、クリームを作る。
- <シロップ>
- ①水とグラニュー糖を入れて火にかける。沸騰させグラニュー糖が完全に溶けたら火からおろす。
- <仕上げ>
- シロップを生地に塗り、クリームを平らに広げて巻く。



- a.かぼちゃだんご
- b.かぼちゃのそぼろ煮
- c.かぼちゃコロッケ
- d.かぼちゃのマリネ
- e.かぼちゃのロールケーキ

Fig.1 試食5品の盛り付け

別紙1

家庭料理・郷土料理についてのアンケート調査のお願い

私たちは、道南の家庭料理・郷土料理について調査しています。氏名は記入しなくて構いません。また、回答した個人が特定できないように集計します。調査結果は、研究目的としたこと以外に使用することは一切ありません。同意していただけましたら、以下の質問にお答えください。ご協力をよろしくお願いいたします。

0. 最初に、あなたのことをお聞かせください。(該当の番号に○をつけてください)

- F1. 性別: 1. 男性 2. 女性
 F2. 年齢: 1. ~10歳未満 2. 10代 3. 20代 4. 30代 5. 40代 6. 50代 7. 60代 8. 70歳以上~
 F3. このアンケートに回答している現在の居住形態
 1. 親と同居 2. 親と祖父母と同居 3. 祖父母と同居 4. 一人暮らし(寮) 5. 一人暮らし(寮以外)
 6. 親戚と同居 7. 夫婦二人 8. その他 ()
 F4. 出身地域 ※ 3の方は市郡町を、4.5の方は都府県名をお願いします。
 1. 函館市内 2. 渡島・檜山地域 3. その他道内 ()市・郡・町
 4. 東北 ()県 5. その他 ()都・府・県

1 かぼちゃの食べ方についてお聞きします。当てはまる番号に○、もしくは記入してください。

1. あなたは通常「かぼちゃ」をどのくらいの頻度で食べますか?
 5. 毎日食べる 4. 週2~3回程度 3. 週1回程度 2. 月に2回程度 1. 月に1回程度
 0. ほぼ食べないか、まったく食べない
 2. あなたは「かぼちゃ」料理や菓子(デザート)は好きですか?近いものに○をつけてください。
 2-1<かぼちゃ料理>
 5. とても好き 4. やや好き 3. ふつう 2. あまり好きではない 1. 好きではない
 2-2<かぼちゃ菓子>
 5. とても好き 4. やや好き 3. ふつう 2. あまり好きではない 1. 好きではない

3. 2の質問で「2.あまり好きではない」「1.好きではない」と回答した人のみお答えください。

「かぼちゃ」料理が好きではない理由を次の中からあてはまるものに○をつけてください。(複数回答可)
 A. かぼちゃの食材を好まない B. かぼちゃの味が甘いから C. 調理が手間だから
 D. 調理方法が難しい E. 調理方法が分からない F. その他 ()

4. 次の「かぼちゃ料理や菓子」をどの程度食べますか?一番近いところに○をつけてください。

	よく食べる	やや食べる	あまり食べない	まったく食べない
Q4-A かぼちゃの煮物	4	3	2	1
Q4-B かぼちゃと小豆のいとこ煮	4	3	2	1
Q4-C かぼちゃコロッケ	4	3	2	1
Q4-D かぼちゃスープ	4	3	2	1
Q4-E かぼちゃ団子	4	3	2	1
Q4-F かぼちゃ羊羹	4	3	2	1

Q4-G その他、よく食べるかぼちゃ料理(菓子)やおすすめのかぼちゃ料理(菓子)があれば、料理名を記入してください。(自由記載)

5. 「かぼちゃ」に対するイメージをお聞きします。一番近いところに○をつけてください。

	大に思う	やや思う	どちらともいえない	あまり思わない	全く思わない
Q5-A 明るい	5	4	3	2	1
Q5-B 華やか	5	4	3	2	1
Q5-C 高級	5	4	3	2	1
Q5-D 安っぽい	5	4	3	2	1
Q5-E 西洋的	5	4	3	2	1
Q5-F 日本的	5	4	3	2	1
Q5-G 貧しい	5	4	3	2	1
Q5-H 栄養バランスが良い	5	4	3	2	1

Q5-G その他、「かぼちゃ」に対するお持ちのイメージをご記入ください。(自由記載)

6. 本日の試食5品の評価をそれぞれの項目で1~5点でご記入ください。

	見た目	味つけ	温度・香り・歯触り	かぼちゃの利用価値
A. かぼちゃ団子	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1
B. かぼちゃのそぼろ煮	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1
C. かぼちゃコロッケ	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1
D. かぼちゃのマリネ	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1
E. かぼちゃのロールケーキ	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1

Fig.2 アンケート調査用紙 (一部抜粋)

た4段階評価にて回答を得た。各質問項目の各段階における回答数合計を回答者数で割ることで、その割合を算出した。試食5品の嗜好性については、各段階を評価の高い順に5~1点に換算した点数を合計した後、回答者数で割ることで、評価点を算出した。評価点は、「見た目」、「味つけ」、「温度・香り・菌触り」の3項目について算出し、これらの平均点を総合評価点とした。

かぼちゃに対するイメージは、A明るい、B華やか、C高級、D安っぽい、E西洋的、F日本的、G貧しい、H栄養バランスが良い、の8ワードについて5段階評価で調査した。回答数合計を回答者数で割ることで、その割合を算出した。また、Exploratory (Version:6.2.2.1_WIN、<https://exploratory.io/>) を用いて、イメージに関する回答を類似度にもとづいて3つのクラスターに分類した。

3. 結果と考察

アンケート調査の回答者89名のうち、出身地域は、函館市内の居住者65名(73.9%)が最も多く、続く東北地方の出身者11名(12.5%)であった(Table 2)。函館近隣の地域として渡島・檜山地域が6名(6.8%)、その他の道内地域が5名(5.7%)であった。かぼちゃの食頻度は、回答者の86.4%が一大産地の北海道の出身者であるにも関わらず「月に1回程度」40.4%が最も多く、これは1回あたり150gのかぼちゃを食したとすると、近年の消費動向である年間購入量1.2キログラム⁴⁾と大差ない。また、「ほぼ食べないか、まったく

食べない」との回答(10.1%)もあった。

かぼちゃ料理、かぼちゃ菓子をそれぞれ総合的に好むかの嗜好性に関する質問では、「とても好き」、「やや好き」の回答合計がそれぞれ75.0%、71.2%となり、かぼちゃは、好まれる野菜であることを本研究の結果からも確認できた(Table 2)。代表的なかぼちゃの郷土料理・家庭料理である「かぼちゃの煮物(かぼちゃ煮)¹⁰⁾」、「かぼちゃと小豆のいとこ煮⁴⁾⁷⁾」、「かぼちゃコロッケ¹³⁾」、「かぼちゃスープ¹⁴⁾」、「かぼちゃだんご¹¹⁾」、「かぼちゃ羊羹¹⁵⁾」について、「よく食べる」、「やや食べる」の回答合計が最も高かったのは、「かぼちゃの煮物」(83.1%)、次いで「かぼちゃコロッケ」(73.2%)であった。行事食のひとつである、冬至の日に食べるかぼちゃと小豆の煮物である「かぼちゃと小豆のいとこ煮」は、「よく食べる」、「やや食べる」の回答合計が15.3%と低く、郷土料理としての認知度が低い可能性が示唆された(Fig.3)。

かぼちゃに対するイメージは、H栄養バランスが良い(81.5%)、A明るい(64.2%)において、「大いに思う」、「やや思う」の割合が高かった(Fig.4)。次に、A~Hのかぼちゃイメージに関する回答を類似度にもとづいて3つのクラスターに分類した結果(Fig.5)、高い割合を示したH栄養バランスが良いとA明るいに加えてF日本的が同じクラスター2に分類された。かぼちゃ料理の新たなレシピ開発においては、これら3つのイメージを表現できることで高評価につながる可

Table 2 回答者の出身地域とかぼちゃの食頻度・嗜好性

出身地域	割合 (%)	かぼちゃ料理の嗜好性	割合 (%)
函館市内	73.9	とても好き	42.0
渡島・檜山地域	6.8	やや好き	33.0
その他道内	5.7	ふつう	21.6
東北	12.5	あまり好きではない	3.4
その他の都・府・県	1.1	好きではない	0.0
かぼちゃの食頻度	割合 (%)	かぼちゃ菓子の嗜好性	割合 (%)
毎日食べる	1.1	とても好き	42.5
週2~3回程度	3.4	やや好き	28.7
週1回程度	21.3	ふつう	25.3
月に2回程度	23.6	あまり好きではない	2.3
月に1回程度	40.4	好きではない	1.1
ほぼ食べないか、まったく食べない	10.1		

能性がある。クラスター1には、B華やか、E西洋的、C高級が含まれ、クラスター3は、G貧しい、D安っぽいとなった。洋食としてのかぼちゃ料理を新たに開発する際には、B華やか、E西洋的、C高級の3つのイメージを高める必要があると考えられた。また、かぼちゃに対して、G貧しい、D安っぽいという負のイメージは、強く見られないことが示唆された。

かぼちゃに対するイメージ分析の結果にもとづいて、本研究で提供した試食5品についての評価結果を考察した (Table 3)。総合評価点が最も高かったのは、「かぼちゃのロールケーキ」4.52点であった。試食5品の中で唯一のかぼちゃ菓子に分類されるものであったためB華やか、E西洋的のイメージに近く、C高級の要素を加えることでさらに高評価になる可能性があると考えられる。次いで高評価であった「かぼちゃのそぼろ煮」

4.36点は、かぼちゃに対するH栄養バランスが良い、A明るい、F日本的のイメージを反映した定番の料理として、妥当な評価結果であったといえる。「かぼちゃのマリネ」4.29点については、見た目の評価が高くB華やかなのイメージがあったと考えられ、E西洋的、C高級のイメージを高める工夫が必要であると推測される。「かぼちゃコロッケ」は洋食とも和食とも言えないレシピであることから、E西洋的を含むクラスター1とF日本的を含むクラスター2のどちらに近づくかの工夫を検討する必要があると考えられた。「かぼちゃだんご」は、郷土料理として簡素な料理であることから、郷土料理を伝承するために新たなレシピを開発する際には、E西洋的を含むクラスター1とF日本的を含むクラスター2のどちらにも応用が可能であるといえる。

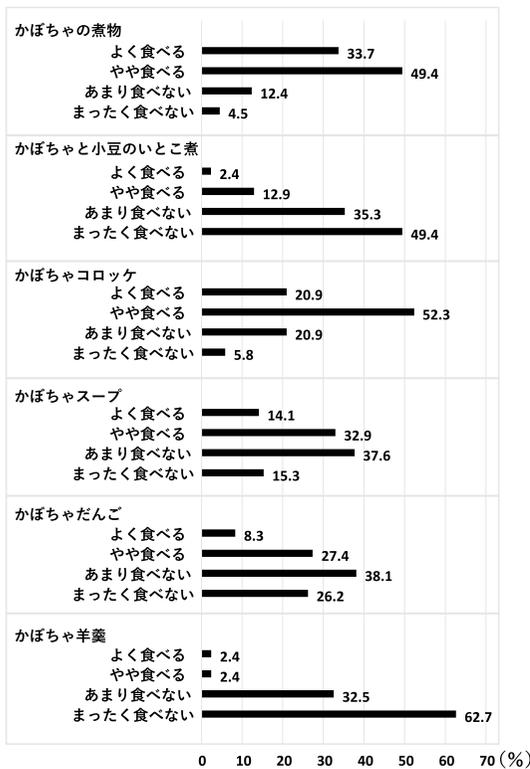


Fig.3 代表的なかぼちゃの郷土料理、家庭料理の食頻度調査

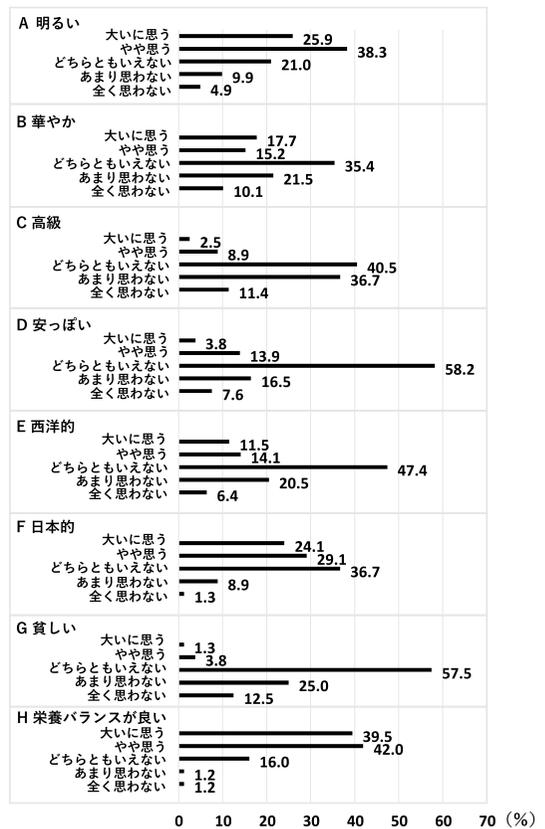


Fig.4 かぼちゃのイメージ調査

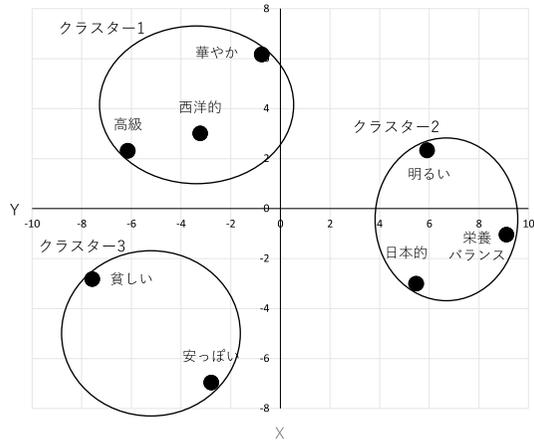


Fig.5 かぼちゃのイメージの類似度

Table 3 試食5品の評価結果

試食料理名	評価点	総合評価点
かぼちゃだんご		3.82
見た目	4.04	
味つけ	3.84	
温度・香り・歯触り	3.58	
かぼちゃのそばろ煮		4.36
見た目	4.36	
味つけ	4.53	
温度・香り・歯触り	4.18	
かぼちゃコロッケ		4.02
見た目	4.19	
味つけ	4.06	
温度・香り・歯触り	3.82	
かぼちゃのマリネ		4.29
見た目	4.44	
味つけ	4.23	
温度・香り・歯触り	4.19	
かぼちゃのロールケーキ		4.52
見た目	4.62	
味つけ	4.51	
温度・香り・歯触り	4.44	

以上より、かぼちゃの消費量は減少傾向⁴⁾であるものの好まれる野菜のひとつであることから、新たなレシピを開発するには適した食材であると考えられ、高評価を生むイメージの要素を表現できる料理を検討することが、地産地消と消費拡大につながる重要な要素のひとつになるといえる。

4. まとめ

北海道は、かぼちゃの一大産地である。かぼちゃは栄養価が高く、「野菜が嫌いな層」の好きな野菜上位にも挙げられ、「かぼちゃ煮」や「かぼちゃサラダ」は定番の惣菜となっている。本研究では、かぼちゃ料理の嗜好調査とかぼちゃのもつイメージを分析し、新たなレシピ開発に

役立つ要素を検討した。

かぼちゃ料理、かぼちゃ菓子の嗜好調査では、「とても好き」、「やや好き」の回答合計がそれぞれ75.0%、71.2%となり、かぼちゃは、好まれる野菜であることを本研究結果からも確認できた。かぼちゃに対するイメージは、**H**栄養バランスが良い(81.5%)、**A**明るい(64.2%)が高く、これに加えて**F**日本的が同じクラスター2に分類された。クラスター1は、**B**華やか、**E**西洋的、**C**高級、クラスター3は、**G**貧しい、**D**安っぽいとなった。

本研究で調理したかぼちゃ料理は、「かぼちゃだんご」、「かぼちゃのそぼろ煮」、「かぼちゃコロッケ」、「かぼちゃのマリネ」、「かぼちゃのロールケーキ」の5品とした。総合評価点が最も高かったのは、「かぼちゃのロールケーキ」4.52点であり、クラスター1に含むイメージをもっていたと考えられる。次いで高評価であった「かぼちゃのそぼろ煮」4.36点は、クラスター2のイメージを反映した定番の料理として、妥当な評価結果であったといえる。「かぼちゃのマリネ」4.29点は、見た目の評価が高く**B**華やかなイメージをもち、改善には**E**西洋的、**C**高級のイメージを高める工夫が必要であると考えられた。評価が低かった「かぼちゃコロッケ」、「かぼちゃだんご」は、**E**西洋的を含むクラスター1か**F**日本的を含むクラスター2のどちらかに近づけるレシピへの工夫が必要であると考えられた。

以上より、かぼちゃの消費量は減少傾向であるものの好まれる野菜のひとつであることから、新たなレシピを開発することに適した食材であると考えられ、高評価を生むイメージの要素を表現できる料理を検討することが地産地消と消費拡大につながる重要な要素のひとつになるといえる。

5. 謝辞

本研究は、一般社団法人全国栄養士養成施設協会助成事業「北海道かぼちゃラプソディ(狂想曲)」の一部です。本調査にあたり、かぼちゃ調理にご協力いただいた、元本学非常勤講師 青山浩子先生、食物栄養学科教職員並びに本学学生に深く感謝申し上げます。

6. 引用文献

- 1) 令和元年産野菜生産出荷統計 農林水産省
https://www.maff.go.jp/j/tokei/kouhyou/sakumotu/sakkyou_yasai/
- 2) 北海道野菜地図 その43. 北海道農業協同組合中央会, ホクレン農業協同組合連合会, 令和2年2月, 33-34.
- 3) 近 雅代, 榛葉良之助. カボチャのカロチノイド蓄積. 日本家政学会誌. 1988, 39(10), 1059-1064.
- 4) 独立行政法人農畜産業振興機構 調査情報部 . 需給動向: かぼちゃ. 野菜情報. 2019, 8. <https://vegetable.alic.go.jp/yasaijoho/yasai/1908/yasail.html>
- 5) 調査からみえる日本人の食卓～「食生活に関する世論調査」から①～. 放送研究と調査. NHK出版, 2016, 10, 54-83.
- 6) 日本の食生活全集①聞き書北海道の食事. 農山漁村文化協会. 1986, 164.
- 7) かぼちゃのいとこ煮. うちの郷土料理 次世代に伝えたい大切な味, 農林水産省.
https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/index.html
- 8) 山岸 恵美子. 戦後混乱期(1947年4月～1949年3月)の食教育についての一考察: 調理実習における食材料の選択と献立・調理・栄養摂取状況. 長野女子短期大学研究紀要. 2000, 8, 27-55.
- 9) 野菜に関するアンケート調査(第4回) マイボイスコム株式会社インターネット調査(ネットリサーチ)【調査時期】2020年03月01日～03月05日
<https://prtmes.jp/main/html/rd/p/000000872.000007815.html>
- 10) 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部 . 惣菜の小売販売動向調査の概要. 野菜情報 . 2016, 8.
<https://vegetable.alic.go.jp/yasaijoho/senmon/1608/chosa02.html>
- 11) 日本の食生活全集①聞き書北海道の食事. 農山漁村文化協会. 1986, 297.
- 12) みんなのきょうの料理 NHKエデュケーショナル かぼちゃのそぼろ煮
<https://www.kyounoryouri.jp/>
- 13) 松田康子 松本伸子. 調理法の簡便化が食味

に及ぼす影響：焼き物，炒め物，揚げ物，汁物について．日本調理科学会誌 2000, 33(2), 249-256.

- 14) 日本の食生活全集①聞き書北海道の食事．農山漁村文化協会．1986, 336.
- 15) 全集 伝え継ぐ日本の家庭料理 小麦・いも・豆のおやつ，日本調理科学会，農山漁村文化協会．2019, 112.