



<http://style-us.jp>

An **impress** Group Company

各 位

2015 年 3 月 18 日  
Style us 株式会社

**春の食卓で食べたい！菜の花料理**  
**ベスト 3 回答は、「菜の花の天ぷら」「菜の花ご飯」「菜の花のクリームパスタ」**

---

インプレスグループで、女性向けインターネット事業を手がけるStyle us（スタイラス）株式会社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：岩崎綾）は、自社で展開する身近系happy共有サイト「goopy」に寄せられた、春の食卓で食べたい！菜の花料理に関する投稿を集計し、発表いたします。

春の食材の定番“菜の花”。実は“菜の花”は正式な名称ではないのをご存じですか？“菜の花”というのは、アブラナ科植物の花の総称で、白菜、キャベツ、ブロッコリー、小松菜、野沢菜の花もすべて“菜の花”と呼ばれます。一般的に“菜の花”と言われる黄色い花をつける植物は“アブラナ”で、室町時代の後期にはすでに食用されており、またその種である“ナタネ”からは行灯用や食用の油が採取されていました。大昔から日本人の生活に欠かせない“菜の花”、そこで今回は「春の食卓で食べたい！菜の花料理ベスト 3」という質問に寄せられたユーザーのベスト 3 回答を集計し、goopy ユーザーがどんな菜の花料理が好きかを探りました。

最もポイントを集めたのが「菜の花の天ぷら」。199 ポイントと 2 位以下に 50 ポイント以上の差をつけて 1 位にランクされました。「季節感のある菜の花は、天ぷらにすると色がとてもきれいで食欲をそそります。エビやイカなどを使ったかき揚げもおすすです（愛知県・女性）」と、旬の食材であり、春を感じさせる緑色が映える天ぷらが好まれているようです。また「衣のサクッとした食感と口の中で広がる菜の花のほんのりとした苦味が最高です（埼玉県・女性）」など、菜の花独特の苦みがアクセントになっている点を挙げる方もおられました。

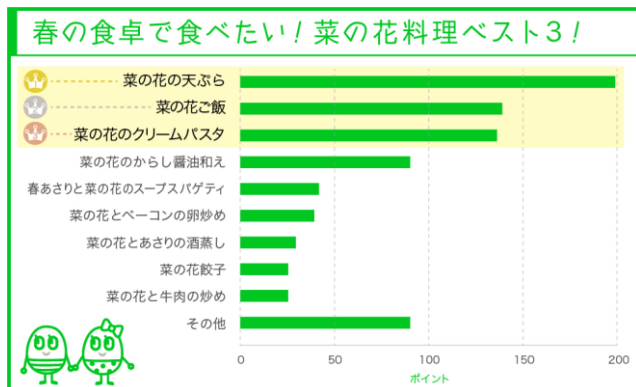
2 位には 141 ポイントで「菜の花ご飯」が入りました。「菜の花の色がきれいにご飯がおいしそうにみえる（神奈川県・女性）」と、1 位の「菜の花の天ぷら」と同様、菜の花の色合いが食欲をそそるという方が多数おられました。

3 位には 2 位と僅差の 137 ポイントで「菜の花のクリームパスタ」が入りました。「菜の花は、サッと茹で、冷水で色止め。パスタは、平麺がクリームとよくからみます（愛知県・女性）」と、新鮮な菜の花の素材の風味を生かした調理法を投稿して下さった方もおられました。

4 位は 90 ポイントで「菜の花のからし醤油和え」、5 位には 42 ポイントで「春あざりと菜の花のスーパゲティ」、6 位には 39 ポイントで「菜の花とベーコンの卵炒め」が入りました。4 位以下にも特長あるコメントが寄せられています。

### <菜の花のからし醤油和え>

- ・ からは殺菌作用があり食中毒防止などに効果があるそうです。ゴマ和えとはまた違った美味しさです（愛知県・女性）



【データ】Style us 株式会社の運営する、身近系 happy 共有サイト「gooppy」でのベスト3お題「春の食卓で食べたい！菜の花料理ベスト3

(<https://gooppy.jp/bests/ranking/1347>)」への回答を集計。1位回答3ポイント、2位回答2ポイント、3位回答1ポイントとして集計。回答数148。

今回は1位の「菜の花の天ぷら」が2位以下に50ポイント以上の差をつける結果となりました。菜の花は、他の野菜と比べて日持ちしにくい上、春先しか出回らないこともあり、鮮度が重視される傾向にあります。上位にランクされた物は、いずれも菜の花の色合いや風味を活かした料理が多く、なかでも「菜の花の天ぷら」は、菜の花の色合いを生かしつつ、油のマスキング効果で苦みが和らぐため、多くの方に評価されたのではないかと考えられます。また油で揚げること、カロテンが吸収しやすくなる効果も期待できますね。今が旬の食材「菜の花」。みなさんも色々な料理法を試してみたいはいかがでしょうか。

### ◇みんなが選んだ「春の食卓で食べたい！菜の花料理ベスト3」まとめ

<https://gooppy.jp/bests/ranking/1347>

今後も Style us 株式会社では、gooppy に寄せられたユーザーの回答を定期的に集計・分析し、ユーザーのリアルな嗜好や傾向を発信してまいります。

以上

【gooppy（グーピー）】 <https://gooppy.jp/>

”あなたの good でみんなと happy♪” をモットーに、女性が手軽に口コミを投稿・閲覧できるうえ、地域の店舗にも新たな広告宣伝の門戸を開くことで、女性の生活をより豊かにできる、新しいエコシステムを備えたメディアです。

【Style us（スタイラス）株式会社】 <http://style-us.jp>

女性が明るく素敵に暮らすためにできることがまだまだたくさんあると、私たちは考えています。「私たちのスタイル」の意味を持つ Style us は、これからも女性のための豊かな生活価値を創造してまいります。

【インプレスグループ】 <http://impress.jp/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：関本彰大、証券コード：東証1部 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「モバイルサービス」を主要テーマに専門性の高いコンテンツ＋サービスを提供するメディア事業を展開しています。

【本件に関するお問合せ先】

Style us 株式会社 担当：岩崎

Tel: 03-5275-1227 / E-mail: <mailto:info@style-us.jp>