

西洋なし（ルレクチエ）



❖ 紹介

100年ほど前にフランスから新潟に苗木を導入し、栽培が始まった品種である。

柔らかな甘みで独特の芳醇な香りを持ち、口に入れるととろけるような舌触りが特徴である。栽培が非常に難しく、生産量も限られているため“幻の西洋梨”と呼ばれていた。現在もそのほとんどが新潟で栽培されている。呼び名も「ロクチー」、「ルルクチー」、「ルレクチー」など人によってさまざまだったが、昭和58年にルレクチエに統一された。

❖ 栄養成分

西洋なしは、水分〈84.9%〉、たんぱく質〈0.3%〉、脂質〈0.1%〉、炭水化物〈14.4%〉の栄養組成である。炭水化物の〈1.9%〉が食物繊維（水溶性〈0.7%〉、不溶性〈1.2%〉）である。

※〈〉内は可食部100gあたりの数値

❖ その他の有用成分

ポリフェノール類（カテキン類、クロロゲン酸）

❖ 健康への有用効果エビデンス

皮の抽出物が、コレステロール食餌を投与されたラットにおいて、血中脂質の改善や抗酸化作用が確認されている。リンゴと同様にポリフェノール類（カテキン、クロロゲン酸）による効果と考えられる（資料1）。

※参考資料

1. Leontowicz M. et al.; Apple and pear peel and pulp and their influence on plasma lipids and antioxidant potentials in rats fed cholesterol-containing diets. 2003, J. Agric. Food Chem. 51(19): 5780-5785.

ここで示した情報は素材に関する情報であり、個々の商品の安全性や有効性を示す情報ではありません。個々の商品の安全性、有効性は商品の品質（使用された素材、製造方法など）に大きく依存されます。

商品表示、及び商品説明、POP等は「健康増進法」「景品表示法」「薬事法」「JAS法」「食品衛生法」「計量法」の法律及び各種業界団体等の規準に則り適正な表示に努めることが重要です。

作成者：公益財団法人 食の新潟国際賞財団