

野菜(vegetable)を知って美味しく(Delicious)食べよう

ベジシャス

～野菜の旬ナビゲーション～

第65号 平成28年6月



今月の特集は**江戸崎かぼちゃ**です。

かぼちゃの中でも茨城県南部に位置する稲敷市(旧江戸崎町)で栽培される**江戸崎かぼちゃ**は、**ブランドかぼちゃ**として全国にその名が知られ、高い人気があります。

一般的なかぼちゃは着果後約40日で収穫するのに対し、**江戸崎かぼちゃ**は、**55日以上圃場において完熟させてから収穫**します。そのため、**江戸崎かぼちゃ**には**完熟ならではの甘さ**があり、また、徹底した品質管理で味にばらつきがなく「いつ食べても必ず美味しい」と評価も受けて、ますます人気が高まり、「予約のとれないかぼちゃ」としても有名です。

○平成28年5月19日(木)、茨城県稲敷市の江戸崎かぼちゃ部会長中村利夫さん(66歳)の生産現場を伺いました。



茨城県稲敷市で江戸崎かぼちゃの栽培をしている中村さんは、高校卒業後、ご実家の農業を継ぎ、20年ほど前から、地元の特産である江戸崎かぼちゃの栽培を始められました。現在は奥様とお二人で1.4haの江戸崎かぼちゃを栽培されています。

また、中村さんは6年前から江戸崎かぼちゃ部会の部会長として、独自の厳しい検査体制や部会組織体制の運営管理、各地での消費宣伝活動や、近年急増している各種メディアへの取材対応等、大変お忙しい日々を送られています。



かぼちゃは地面について空気に触れなくなると、その箇所の果皮が赤くなってしまいます(これは果肉の色が表に出てくるからなのだそうです)。これを防ぐため、実のひとつひとつ全てにエアクッションを敷いています。



日焼け防止のシールも貼ります。かぼちゃの皮は人間の皮膚に似ていて、紫外線に当たり過ぎると茶色くなり、さらに進行するとやけどを起こして水ぶくれのように白くなって果肉も軟らかく崩れてしまうそうです。



「かぼちゃは木から切ったらそこでおいしさが止まる。着果から40日で切れれば40日のおいしさしかない。その点、江戸崎かぼちゃは55日分おいしい。」と中村さんは仰います。

JA稲敷江戸崎かぼちゃ部会の「江戸崎かぼちゃ」は、平成27年12月に全国で初めて「地理的表示(GI)保護制度」に登録されました。



「地理的表示(GI)保護制度」とは、農林水産省が、長年培われた特別の生産方法や気候・風土・土壌などの生産地の特性により、高い品質と評価を獲得するに至った産品を知的財産として保護する制度です。



中村さんは「GI登録は部会で長年にわたり、厳しい栽培管理や・検査に加え、地道な消費宣伝活動を行ってきた賜物」と仰います。これを機に、江戸崎かぼちゃの生産者が増えることを期待するとともに、将来的には輸出もできたらと考えておられるそうです。

収穫前に全ての圃場から江戸崎かぼちゃを採果して熟度確認を行います。



消費宣伝活動を通じて、消費者から食べ方を教わることも多く、かぼちゃチップスやレンジでチンした簡単な料理など興味深いものが多数あるそうです。

中村さんのお勧めは『かぼちゃコロツケ』。「江戸崎かぼちゃで作るコロツケは抜群に甘い。潰したり揚げたり少々手間がかかるけれど年に1回くらいは作ってみて。」と仰っていました。



【ほくほくフライドパンプキン】

かぼちゃはじゃがいもと違って変色もせず、意外と火が通りやすいです。気軽に少ない油で揚げ物ができます。



○材料(1人分)

- ・かぼちゃ 1/8個
- ・塩 少々
- ・サラダ油 200cc
- ・マヨネーズ 大さじ1
- ・チリソース 大さじ1



○作り方

① かぼちゃはワタを外し、一口大の角切りにする。



ワタはスプーンで簡単に外せます。



油を少量で済ませたい時は、1cm程度の厚めのスライスにします。

② 小さな鍋にサラダ油を加え、弱火で熱し、かぼちゃの周りがこんがりとするまで転がしながらゆっくり揚げる。



揚げる時は表面にこんがりとし焼き色をつけた後はごく弱火にして、じっくり火を通します。ベチャツとならないポイントです。



よい色になってきました。

③ 爪楊枝などを刺し、中まで火が通ったら出来上がり。この時キッチンペーパーなどでしっかりと油をきり、軽く塩をしておく。



④ ③を器に盛り、マヨネーズとチリソースを合わせたものを添えて、ディップしていただく。



マヨネーズの他、サワークリームなどを混ぜてもよく合います。

【レシピ担当】

中山 晴奈 <http://nextkitchen.net/>

地域の資源発掘、商品開発、マーケティング支援などを行い、食を通じたコミュニティデザインを行う。2014年11月より神奈川県藤沢市に会員制のシェアスペース「食とものづくりスタジオファーム」をオープン。慶應義塾大学SFC研究所上席所員、NPO法人フードデザイナーズネットワーク代表理事。



できあがり!

【野菜の需給・価格動向レポート】 http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000058.html

【おすすめ野菜】 http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000058.html

※ウェブサイトにはフォトクリップも掲載しています。
http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000076.html

■取材協力

全国農業協同組合連合会 茨城県本部、稲敷農業協同組合
■当誌面におけるすべてのコンテンツは、当機構が著作権その他の一切の権利を有します。
■転載、引用する場合は右記、事務局までご連絡ください。]

■発行元：野菜需給協議会・独立行政法人農畜産業振興機構

電話：03-3583-9478 FAX:03-3583-9484

■野菜の疑問、質問、解決します！
疑問、質問を募集しております！
こちらまでご連絡ください！

vegeciou@alic.go.jp

