

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22号 2012.10



今月の特集は大阪府のしゅんぎく



関西: 株張り中葉

しゅんぎくといえば、冬のお鍋に欠かせない食材ですが、おひたし、和え物、天ぷら等1年を通して楽しめる食材です。

関東では、春に黄色い花を咲かせることからしゅんぎく(春菊)と言いますが、関西では、葉や花の形とその香りから「菊菜」(きくな)と呼ばれています。地域によって栽培される品種も異なり、関東は株立ち中葉、中国や九州では大葉が栽培され、出荷されています。鮮度が大切な食材なので、収穫されてすぐに近隣の大都市の市場へ出荷される都市近郊型の野菜です。



関東: 株立ち中葉

○産地潜入レポート

平成24年9月18日(火)、大阪府和泉市久井町の辻井義隆さん(33)の圃場に伺いました。

★本格的にしゅんぎく栽培を始めて2年目。
これからもっと大きくなります! と話す期待の若手生産者



しゅんぎくを生産して2年目の辻井さん。実家は柿とみかんを栽培する果樹農家です。

就農する前は、東京で営業の仕事をしていましたが、長男だったこともあり、30歳を機に実家に戻ることを決意。将来の農業経営について考えた結果、長期間に渡って安定した収入が期待できるしゅんぎくの施設栽培に着目しました。

実家に戻ると、果樹の栽培は父親に任せ、すでにしゅんぎくを栽培している叔父の元で研修を1年行い、栽培のノウハウを学びました。

本格的に栽培を開始したのは、平成23年6月。

現在は、17アールの土地でしゅんぎくを栽培するほか、キャベツ等の露地野菜を生産し、JAいずみの農産物直売所「愛彩ランド」で販売しています。

★主力品目を果樹から軟弱野菜へ

大阪府和泉市は、平地が少なく、柿やみかんの果樹栽培を中心に農業が行われていた地域でした。

しかし、果実の消費量の減退や生産者の高齢化によって、近隣の町が水菜やしゅんぎく等の軽くて持ち運びしやすい野菜の栽培を始めたことをきっかけに和泉市にも広がり、現在では、主力品目の一つとなっています。



和泉市久井町

4~5日前に播種したブロック。少し芽ができています。

30日ぐらいたった収穫間近のブロック。数日後に出荷されます。



★しゅんぎくを安定的に収穫するために...

天候に左右されずに安定して出荷できるしゅんぎく。辻井さんは、年に6回収穫しています。季節によって生育期間は異なり、夏は30日、冬は80日で収穫できます。施設の中をいくつかのブロックに分けて、播種と収穫を繰り返すことで、労働の平準化を図っています。

★芽が伸びない?! 土づくりで試行錯誤

施設を作る時、山の土を削って造成したため、場所によって土質が違ってしまいました。このため、同時に播種しても生育にムラが...堆肥等を使って1年かけて改善しました。

稲わらを半年寝かして作った堆肥や樹木の皮を発酵させて作ったバーク堆肥を使います。



「今後は、施設の規模拡大としゅんぎく栽培の合間にできる露地野菜にももっと力を入れたい。」と言います。

施設の中は常に一定の温度(17度)になるよう自動管理されています。暑くなると機器が感知し、自動でビニールを巻き取り、換気を行います。

施設内の温度や雨を感知する機器

白い線のようなものは、夏場に多いモグリバエによる食害の跡。これを選別の際に一つ一つ取り除きます。

収穫・選別・袋詰め

家で...

施設内で...

はさみを使って根をきれいに取り除きます。

施設で収穫したしゅんぎくは、家で選別と袋詰めを行い、保冷库へ...翌日、出荷場に持ち込みます。

保冷库で...

★収穫は根元から!
関西では、日持ちするようしゅんぎくを根元から切り取ります。関東では、茎を摘み取って丈をそろえて収穫します。

※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



安心を、未来へつなぐ食料自給率1%アップ運動
FOOD ACTION NIPPON

【しゅんぎくのジェノベーゼ風ペンネ】

しゅんぎくを洋風にアレンジ☆
香りが楽しめる一品です。

10分でできる洋風レシピ！
いつもと違った味つけていただきます。



しゅんぎくのジェノベーゼ風ペンネ(1人分)

しゅんぎく	100g
ペンネ	80g
粉チーズ	大さじ2
松の実(又はクルミ)	大さじ1
にんにく	半かけ
オリーブオイル	大さじ1.5
塩	適量
コショウ	適量



①鍋に湯を沸かし、塩をかなり多めに入れて、ペンネを茹でます。



②しゅんぎく、にんにく、松の実のみじん切りにしておきます。



③フライパンにオリーブオイルとにんにく、松の実を入れ、低温でゆっくりと加熱します。

ポイント！

ペンネの茹で上がりに合わせて、②に火を通しておけば、熱々のうちに混ぜられます。



④にんにくの香りが立ってきたら、しゅんぎくを一つかみ残して加え、しんなりするまで炒めましょう。



⑤④に粉チーズを加え、ペンネの茹で汁をおたま1杯分加え、塩、コショウで味を調えます。



完成

⑥ソースにペンネを合わせ、ざっと混ぜたら完成です。

お皿に盛って、④で残しておいた生のしゅんぎくをかけていただきます。

【レシピ担当】
中山 晴奈 <http://nextkitchen.net/>



ネクストキッチンを主催し、平成18年より美術館や博物館で食を使ったフードデザインや出張料理、ワークショップ等多数行う。
地域支援の現場にも携わり、福島市、富士吉田市、対馬市、五島列島等において、食や農を通じたコミュニティデザインも行っている。
芸術系大学や調理師専門学校の講師のほか、慶應義塾大学SFC 研究所所員もつとめる。



【一言レポート】

しゅんぎくはアクがないので、香りが好きな人は最後に生のしゅんぎくをたくさんかけてください。
ペンネの他にもスパゲッティ等で代用できます。
しゅんぎくのソースは、多めに作っても冷蔵庫で2~3日保存ができます。
今回のレシピのアレンジとして、最後に生クリームを加えるとコクがあってまた違う味を楽しめます。

○しゅんぎくの旬は、11~3月です。

しゅんぎくは、1年を通して店頭に並んでいますが、一般的な旬は11~3月で、その頃に出荷量が増加します。

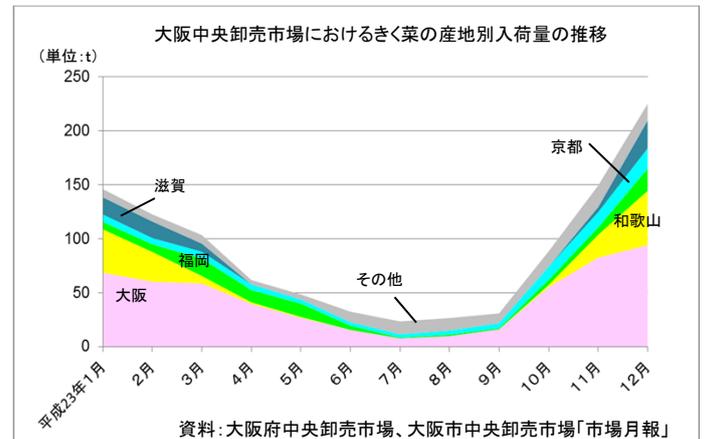
しゅんぎくは、鮮度が落ちやすいため輸入品もなく、大阪中央卸売市場には、大阪府産のほか、和歌山県産、京都府産、滋賀県産等近郊の地域から入荷されています。

また、しゅんぎくの主産地である千葉県産、群馬県産、茨城県産は東京都中央卸売市場、福岡県産は主に福岡市中央卸売市場に入荷されています。

施設栽培が多いため、露地野菜に比べ天候等に左右されることが少なく、安定した出荷がなされています。

【野菜需給・価格レポート】 <http://vegetan.alic.go.jp/>

○次号は「さといも」の産地情報をお届けします。



【野菜に関する疑問&質問にお答えします！】

Q: 軟弱野菜という言葉を目にしますが、どのような野菜でしょうか？(神奈川県 Oさんからの質問)

A: 軟弱野菜には明確な定義はありませんが、収穫後、常温におくと変質し、鮮度が落ちやすい小型の野菜のことをいいます。一般的に、ほうれんそう、みつば、しゅんぎく、こまつな、水菜等があげられます。これらの野菜は、都市近郊で多く作られており、鮮度を保つため、収穫後速やかに出荷されます。近年では、収穫から店頭まで途切れることなく低温に保つ「コールドチェーン」により、鮮度の高い良質なものが店頭に並ぶようになっています。おいしく味わうためにも、購入後は、早めに使い切るようにしましょう。

■編集後記

鍋の食材というイメージがありましたが、JAいずみの山田課長代理おすすめの天ぷらも試してみます。(A)

農業は栽培方法によって休日を作るやり方がある。農業に対する考え方が変わりました。(S)

■取材協力

全農大阪府本部、JAいずみの

■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

事務局: 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給推進課
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！

vegetables@alic.go.jp