

# 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33号 平成25年9月

今月の特集は **えだまめ** です♪

暑い夏のビールのお供に最適な、だだちゃ豆！

だだちゃ豆はえだまめ的一种で、山形県の鶴岡周辺の限られた地域で江戸時代から生産されています。

「だだちゃ」とは庄内地方の方言で「お父さん」という意味です。

庄内のお殿様がとても枝豆好きで、「今日は何のだだちゃの豆か？」と聞いたことから、だだちゃ豆と呼ばれるようになりました。だだちゃ豆には肝機能の解毒作用を高めるオルニチンという成分が多く含まれ、二日酔いの解消や、疲労回復の効果があります♪

### 〇産地潜入ルポ

平成25年8月15日(木) 山形県鶴岡市の小野寺紀允さん(31歳 写真左)・貴紀さん(30歳 写真右)の圃場に伺いました。

★有機栽培の収穫したての新鮮なだだちゃ豆を、経営する農家レストラン・民宿でも提供

小野寺さんは鶴岡の地で農家を代々営んできた家系です。子供たちに新鮮で安心な作物を食べさせたいという思いから、お父様の喜作さんが30年ほど前から米・野菜の無農薬無化学肥料栽培を始めました。また、だだちゃ豆の栽培は15年前から始めました。

現在はご両親と長男の紀允さん、次男の貴紀さんの4人で、だだちゃ豆を2.5ha、米を2.2ha、野菜を0.5ha有機栽培する傍ら、農家レストランと民宿も経営しています。だだちゃ豆の収穫期には、アルバイトを雇い、15人程で収穫選定作業を行います。

地元の高専を卒業後、化学系の企業に紀允さんは7年間、貴紀さんは6年間勤務した後、就農しました。高専や会社で化学に触れたことで、有機農業が日本の農業の中でもまだまだ特殊で面白いものだと思います。

家族内で分業をしており、だだちゃ豆は主に貴紀さんが、米・野菜・農家レストラン・民宿は紀允さんが担当しています。



### ★小野寺農園のだだちゃ豆の作型

作型/月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
早生				■	■							
中生					■	■	■					
晩生								■	■	■		

■ : は種    ■ : 定植    ■ : 収穫・出荷

早生は旨みが多く甘さひかえめ、中生はバランスが良く芳醇な味、晩生は甘みが多く香り高く、収穫時期によって3つの味を楽しむことができます。

だだちゃ豆の品種は系統で30品種程ありますが、小野寺農園ではそのうち12品種を栽培しています。

1ライン(100m)あたり、20~30kgのだだちゃ豆が収穫できます。7~9月にかけて、毎日7~8ライン収穫します。



6ラインで軽トラック1杯分の収穫となりました。



収穫しただだちゃ豆は、自動脱莢機で、さやとそれ以外の部分に分けられます。

さやを選別します。ここでは自動脱莢機で取り除ききれなかった葉っぱ等をはじきます(一次選別)。



流水で洗った後、二次選別をします。一さやずつチェックし、虫食い、病気のもの、見た目の悪いものをはじきます。



袋詰めして、完成！脱莢後は鮮度保持のために、低温管理・酸素遮断をすることが非常に重要となります。常温で放置すると、1日で黄色くなり、商品として出荷できなくなってしまいます。

### ★このコブの正体は！？



潰すとネバネバ！

根に付着している丸いこぶは、土ではなく、根粒菌の塊です。根粒菌は空気中の窒素をアンモニアに変換し、だだちゃ豆に供給するかわりに、だだちゃ豆から糖分をもらいます。根粒菌のこぶがたくさんあるということは、土作りがうまくいっている証拠です。

### ★だだちゃ豆の有機栽培は、なんと言っても土作りが重要！

小野寺農園では、だだちゃ豆の豆殻を使った鶏糞たい肥、米ぬか、もみ殻燻炭を発酵させた自家製の肥料を、主に使用しています。収穫した豆殻が肥料となって畑に帰ることにより、根粒菌等の有効菌が畑に戻ります。循環型農業をすることで、土着菌を増やし、地力をつけています。土の状態によって、だだちゃ豆の味に差が出るそうです。

### ★だだちゃ豆と米の輪作に挑戦中！

現在、だだちゃ豆、米(合鴨農法)、米(紙マルチ)を各2年ずつで輪作しようと挑戦中だそうです。豆科植物栽培には窒素固定効果があるため、豆科植物栽培後の畑には米の成長に必要な栄養が整っており、米の収量の増加が期待できます。また、だだちゃ豆と米では雑草の種類が違うため、輪作を行うことで抑草効果も期待できます。

※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](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



# 【えだまめの冷製ポタージュ】

えだまめを潰して作るポタージュは、  
えだまめの香りを  
存分に楽しむことができます♪



えだまめが余った時  
に使える、簡単アレ  
ンジ料理★

## ○えだまめの冷製ポタージュ(1人分)

えだまめ	50g
絹ごし豆腐	50g
牛乳	50cc
塩・こしょう	少々

### ポイント

えだまめは何回かに分けて鍋に  
入れ、その都度混ぜます。

① えだまめを水であらった後、塩をもみ込む。熱湯で柔らかめに茹でたら、ざるに上げてあら熱を取る。



### ポイント

うちわ等であおぐと、余熱  
による過加熱を防ぐことがで  
きます。

### ポイント

冷蔵庫で冷やしてもOKで  
すが、氷水で冷やすと、より  
早く冷えます。



② 鍋に1のえだまめ(さやから出したもの)、水(150cc)、絹ごし豆腐、牛乳を入れ、沸騰寸前まであたためたら火を止める。粒がなくなるまでハンドブレンダーにかける。



③ 塩・こしょうをして味を調えた後、冷やす。

### アレンジ

絹ごし豆腐のかわりに生クリームを入れてもOKです。生クリームで作る場合は、冷やす直前に生クリームを入れてください。絹ごし豆腐で作るとあっさり、生クリームで作るとコクのある仕上がりになります。

### アレンジ

ミキサーで混ぜてもOK。もしハンドブレンダーもミキサーもなければ、ジッパー付きのビニール袋にだだちゃ豆と豆腐を入れて、コップの底でつぶしてください。少し粒が残る、違った食感が味わえます。

④ 器に盛り、えだまめと牛乳(分量外・飾り用)で仕上げをして、でき上がり。



完成

冷蔵庫で3日間くらい保存可能です。

### 【レシピ担当】

中山 晴奈 <http://nextkitchen.net/>

ネクストキッチンを主催し、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、富士吉田市、島原市、宮崎県等において、食や農を通じたコミュニティデザインも行っている。慶應義塾大学SFC研究所所属、NPO法人フードデザイナーズネットワーク代表理事。



## ○ 晩生のだだちゃ豆が最盛期をむかえています

山形県鶴岡市では、今年のだだちゃ豆の花が咲く時期の6月に雨が多く降り、花が落とされてしまったため、だだちゃ豆の収量が例年より少なくなっているそうです。

だだちゃ豆は収穫期間が限られており、2013年産のだだちゃ豆を食べることができるのもあとわずかですが、季節の移ろいを感じながら、甘みが多く香り高い晩生のだだちゃ豆を、是非お楽しみください。

【野菜の需給・価格動向レポート】 [http://vegetan.alic.go.jp/vegetable\\_report.html](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)

【おすすめ野菜】 [http://vegetan.alic.go.jp/vegetable\\_osusume.html](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_osusume.html)

○次号は「青ねぎ」の産地情報をお届けします。

### ■編集後記

・だだちゃ豆農家では、選別時に除かれただだちゃ豆を、お味噌汁の出汁として使うこともあるそうです。(H)

・日差しが強く、猛暑の中の収穫作業。撮影後には、汗でびしょよりになりました。(A)

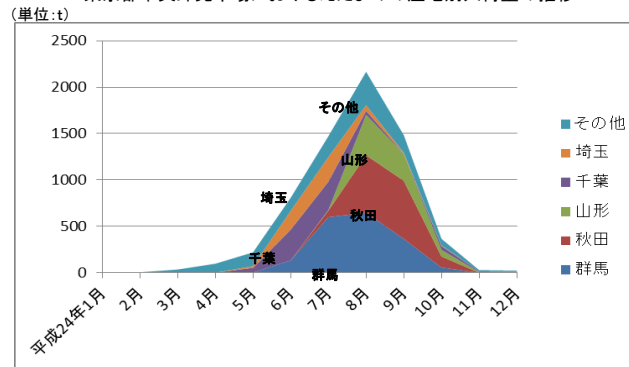
### ■取材協力

小野寺農園

■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。

東京都中央卸売市場におけるえだまめの産地別入荷量の推移



資料：農畜産業振興機構「ベジ探」、原資料：東京都中央卸売市場年報

### ■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！

[vegeciuous@alic.go.jp](mailto:vegeciuous@alic.go.jp)

