

ベジシャス

～野菜の旬ナビゲーション～

第75号 平成30年2月

今月の特集は**はくさい**です。

○平成30年1月26日(金)、群馬県邑楽郡千代田町の田中 盛栄さん(60歳)のはくさい圃場に伺いました。



群馬県の東南部に位置し、利根川の中流域に広がる平坦地の邑楽郡千代田町で、田中さんは40年以上はくさい栽培をしています。奥様と息子さんの3人で従事され、息子さんが就農した4年前から徐々に作付面積を増やして、現在のはくさいを1ha、夏にはにがうりの栽培をしています。また、3年前からJA邑楽館林西邑楽白菜部会の部長を務めています。

田中さんが栽培するはくさいは、「**邑美人(むらびじん)**」というブランドで、品質のよさに定評があり市場でも人気の高いはくさいです。「**邑美人**」を生産する白菜部会員は100名ほどおり、その部長を勤める田中さんは、地元小学校の収穫体験の受け入れや市場等への宣伝活動を行うなど、多忙な日々を送っています。

田中さんが部長を務める白菜部会がある管内では、昭和40年頃からはくさい栽培が始まり、秋冬はくさいの出荷量は県内トップです。しかし、県外のお産地の量には適わず「それなら質で勝負しよう」と、平成13年に「**邑美人(むらびじん)**」という名前を付けて、それまで以上に丁寧な栽培管理と厳しい検査を徹底してブランド化しました。



「**邑美人**」の名前は、このはくさいの美しさと「邑楽郡」の「**邑**」の字をとって公募で決まりました。鮮やかな色沢でみっちり詰まった断面は本当に美しい！



全てのはくさいの頭部をテープで結束しています。結束作業はすべて手作業でベテランの田中さんでも1日に5～6列くらいしかできませんが、寒さからはくさいの身を守って糖度を上げるために**邑美人**には欠かせないひと手間です。



はくさい圃場には防鳥用のネットを張ってムクドリやヒヨドリがはくさいの水分を求めてやってくるのを防いでいます。はくさい圃場に防鳥ネットを張るのは、他産地ではあまり見られず、恐らく管内独自の取り組みです。収穫後の品質検査にも「鳥害」という項目があり、少しでも鳥害があれば出荷できません。ここにも高品質な**邑美人**のための努力、こだわりが伝わってきます。

はくさいの収穫は先が曲がっている専用包丁を使います。株尻も検査項目のひとつなので丁寧に整えます。



邑美人はお尻も美人です。



箱を開けたときにきれいに見えるよう外葉を上向きに揃えて箱詰めします。



ここが一番甘いところ



邑美人の糖度は12度。これは一般的ないちごやみかんと同じです。生でかじればしゃきしゃきとしてみずみずしいフルーツのよう！

品質にも味にも自信がある邑美人ですが、知名度はまだまだと田中さんは仰います。

市場での評価は高く市場関係者は邑美人を優先して買うほどですが、店頭で売られる時は「群馬県産はくさい」と表記されるに留まり、その美味しさを一般の人にアピールできていないとのこと。

「スーパーなどの小売段階でも邑美人を推してもらえるように、そして消費者にも認知してもらえるように、これからはもっと宣伝していかなくちゃ」と部会長としての熱意も語ってくださいました。

商品バーコードの横に貼れるようなサイズで作った邑美人シール



ヘルシーはくさいシューマイ

端っこの野菜が主役に！
白菜の外葉の青い部分を
シューマイに変身させてみました♪

○材料(8個分)

●白菜(外葉の葉先)	8枚	●しょうゆ	小さじ1.5
●豚ひき肉	160g	●ごま油	小さじ1.5
●しょうが	小さじ1	●塩	小さじ0.5
●長ねぎ	大きじ1	●こしょう	少々
●にんじん(無くても可)	6g	●酒	小さじ2
		●水	大きじ2.5

このほかキクラゲ、干しいたけ、干しえびなどを具にしてもGOOD！

この部分



白菜は日持ちするのでれごと買ったほうが実はお得！寒い時期はベランダなど屋外に立てて置いておくとより長持ちします。



○作り方

①白菜は葉先の部分を10cm四方ほどに切り、2～3分茹でて水気をとる。



手のひらくらい



ペーパーなどでしっかり水気をとります。

②豚ひき肉にBの調味料を加えてよく混ぜ、ねばりができたらみじん切りにしたAの野菜を加えてさらに混ぜる。



具の前に調味料を混ぜることで肉にしっかり味が入ります。

③①の白菜に薄く小麦粉をふり、8等分にした②の具を乗せ、シューマイの形に形作る。



親指と人差し指の上に白菜を乗せて...



指の間にできたくぼみに肉をのせ...



葉で包んで形を整えます。葉が大きくて柔らかいので包みやすいです。



器に等間隔に並べます。

④蒸気のあがった蒸し器で10～15分ほど蒸す。(蒸し器が無い場合は、湯を張った鍋やフライパンに深めの皿を入れれば蒸し器の替わりになります)



この日はせいろで蒸しました。せいろは中身の余分な水分をとってくれるので仕上がりが水っぽくならない利点があります。最近100円ショップなどでも見かけます。



肉に竹串を刺して透明な汁が出てくれば火が通ったサイン。

できあがり！



飲茶スタイル！



肉に味が付いているのでそのままでも美味しいですが、酢醤油やからし醤油を付けても楽しめます。



余ったにんじんをシューマイの上にのせたら花が咲いたような華やかな見た目になりました。



【レシピ担当】
つるさき ひろみ(レシピクリエイター)
公式サイト: <http://hiromi-tsurusaki.com/>
日本野菜ソムリエ協会講師/料理教室主宰
シンガポールに4年間居住。その折に中国家庭料理を学ぶ。野菜ソムリエやワイン・エキスパート等様々な資格をもつ。農産物を通じた地域の活性化にも精力的に関わっており、各地の名物料理等のレシピ開発に多数携わる。

※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

【野菜の需給・価格動向レポート】

http://www.alic.go.jp/y-suishin/yajukyu01_000058.html



取材協力: 邑楽館林農業協同組合

■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