

房総 だより

(農)房総食料センター

千葉県山武郡横芝光町上原 368-1

<http://www.boso.or.jp/>

☆産地情報をお知らせします。

発行：2018年12月30日

野菜よもやま話 かぶ

かぶの葉の別名をご存知でしょうか？「すすな」と言われ、春の七草のひとつです。新年早々の野菜BOXでかぶをお届けできるのは久しぶり。寒さで大きくならないことが多いのですが、今回は昨秋の順調な陽気でスクスク育ちました。

房総センターのかぶ部会には昨年から新たに若手生産者も加わり、平均年齢50代前半と比較的若い方です。冬場の主力品種は「雪ぼたん」。何種類か試作し食べ比べて決めました。寒い中でも大きくなりやすく、やわらかな食感で食味も上々です。

意外な感じですが、千葉県はかぶの生産量が日本一。鮮度が落ちやすい野菜なので、大都市近郊で発展したのでしょうか。とはいえ、千葉県でかぶを使った代表的な郷土料理が中々見当たりません。

「かぶのおいしい料理は」と聞かれたとき、何が浮かびますか？ 浅漬け以外に「これっ」という一品に中々出会いませんでしたが、部会長の山崎真利さんが教えてくれた“ソテー”はかぶをシンプルに味わえるおすすめ料理です。薄く油を敷いたフライパンで厚めに切った玉を軽く炒め、塩・こしょうでサッと味付けするだけ。冷めると味が落ちるので、ぜひ熱いうちにどうぞ。



かぶは根も葉も食べられ、捨てるところはほとんどありません。寒さの中で育ち甘みも増した新春のかぶを食べ、一年を元気にスタートしましょう。

かぶは火の通りが早いので、手早く加熱します。両面がきつね色になる位がおいしい。