

じ ぼ さんぶつ 地場産物だより ~菜花~

メイドイン みやこ プロジェクト

2020年2月 NO.4 みやこ町学校給食小委員会



メイドインみやこプロジェクト

このプロジェクトは、みやこ町内で作られたおいしい野菜をみなさんに食べてもらおうとする取組です。

ほのかな苦みを感じる旬の菜花

菜花は菜の花の一種で、新芽を食べる緑黄色野菜です。カロテン、ビタミンCなどのビタミン類やカルシウム、鉄などのミネラル類を多くふくんでいます。独特のほろ苦さ、香りと彩りが特徴の菜花は、冬から早春までの旬です。

今回は、給食用の「菜花」を届けていただいている生産者の白川さんご夫婦にお話をうかがってきました。

白川さんの畑



生産者：豊津上坂の白川秀樹さん・弘子さん



菜花は、全国的に栽培を行っている地域が少ない野菜です。スーパーなどでは、「博多菜花・おいしい菜」として販売されています。新鮮なものがおいしいので、しおれてないものや、茎がやわらかいものがおいしいそうです。



白川さんから小学生や中学生のみなさんへのメッセージ

新鮮な野菜を食べてください！！

白川さんおすすめの菜花の食べ方は、「油揚げやさつま揚げと甘く煮る」だそうです。



収穫している様子です。小さな包丁でひとつひとつ収穫します。



収穫後は、菜花の芯の太さをそろえます。菜花は、切ったところにまた菜花が生えてきます。ひとつの株から4~5回収穫できるそうです。

白川さんの畑は、祇川沿いにあり、約600株ほどの菜花が植えてあります。9月に植え、11月下旬ごろから収穫が始まり、3月くらいまで収穫できるそうです。今年は暖かい日が続く、アブラムシがたくさん発生して大変だったそうです。おいしい菜花をつくるコツは、肥料をしっかりあげること。白川さんの菜花畑にはマルチに切れ目を入れ、肥料がしっかり行き届くようにされていました。また、寒いときは収穫がとても大変で、ひとつひとつ手作業でとり、体中が冷たくなってしまいうので収穫には根性も必要と言われていました。収穫した後は、太さや大きさをそろえるそうです。白川さんは本当に楽しそうに野菜の話をしていました。白川さんの育ててくださった菜花を、感謝していただきましょう♡