



野菜と果物で人と地域を元気に!

野菜ソムリエの父親日記

「ネギ」

横手市平鹿町にある「黒猫クロゴ」さんの畑を訪ねました。黒猫クロゴさんは30代の若きエコファーマー。土作りにこだわり、安全でおいしい米・野菜・果物作りに取り組みクロゴさんの長ネギは、県知事賞など数々の賞を受賞している逸品で、一般の店頭にはほとんど出回りません。長ネギは秋田県内では能代市が有名で、砂地に広大なネギ畑が広がります。畑を深く耕す必要があり、また土寄せなどの作業面でも砂地の方が栽培の効率は上がります。一方クロゴさんの畑は、硬い粘土のかたまりが交じったずっしり重い土。本来であれば長ネギ作りには「向かない」と言われる土地です。

「こんな上だから作業は大変だし、長ネギも難儀して育つけど、その分しっかりとした本葉に、おいしい長ネギができるんですよ」とクロゴさん。育てる側も葉をして軟らかいネギを育てるか。それともいっしょに難儀してずっしり重いネギを育てるか。長ネギを慈しむように見つめるクロゴさんの話しは、私と子どもたちとの関係にも思いを馳せさせてくれました。

加藤 正哉



もっと秋田が好きになる「農業青年“黒猫クロゴ”」のちょっと気になるブログ
http://blog.goo.ne.jp/black_cat965

イチおし野菜 ネギ

■ネギってどんな野菜？

ネギはユリ科ネギ属の植物で、世界中に500種以上あります。栽培されている主なネギ属はネギ(長ネギ)、玉ねぎ、にんにく、にら、わけぎ、らっきょう、リーキ、エシャロット、あさつきなどがあります。日本では白く軟らかい部分を食べる「根深ネギ」と、緑の葉を食べる「葉ネギ」に大きく分けられ、東日本では根深ネギが、西日本では葉ネギが好まれる傾向があります。秋田県内でも春一番に出回る「さしびろ」や、軟らかさ、甘さと香りが格別の春ネギ「亀の助ねぎ」、2年かけてじっくり作る「横沢曲りねぎ」など各地に個性的なネギがあります。

■ネギの見立てと保存方法

- ・根深ネギは寒さが増す晩秋から冬が旬。甘みと風味が増します!
- ・白い部分がはっきりと白く、緑の部分との境がくっきり分かれているものが良品。
- ・さわると弾力があり、巻きがしっかりしているものを選びます。
- ・フカフカ軟らかいものの中には土や砂が入っている場合があるので注意しましょう。
- ・乾燥しやすいので、新聞紙に包んで冷蔵庫の野菜室や涼しい所での保存が理想的。
- ・根が付いていて外皮をむいていない土付きのものは長期保存が可能。

■イチオシ! レシピ 長ネギの甘酢漬け

●材料

長ネギ 塩 酢 きび糖(白砂糖でも可) 醤油 鷹の爪
※好みで粒コショウ、ペイリーフなど

●作り方

- ① 長ネギは縦半分になり、外皮を一枚むいて2cmの長さに切り、手で一枚ずつにばらす。
- ② 長ネギ以外の材料を混ぜて軽く火にかけて砂糖をとかし、甘酢を作る。
- ③ ①のネギを塩一つまみ入れた熱湯でさっとゆで、ザルにとり水気を切る。
- ④ ③のネギをボウルに酢少々と共に入れ、さっと混ぜる(酢洗い)。ザルで余分な酢を切る。
- ⑤ ④の酢洗ったネギを②の甘酢に漬け、しばらく置いてなじませる。1時間以上置いた方がおいしいですよ!

★ごま油を入ると中華風に、
醤油のかわりにニョクマム(しょつつるでも可)と
香菜(シャンツァイ)、レモンを使うとエスニック風に!

■加藤さんから旬の果物 & 野菜の美味しい食べ方を学びませんか?
詳しくは18ページのメッセージボードをCHECK!

ブログ更新中! (-_-)v「あきた野菜果物研究会」
<http://akitayklabo.dtiblog.com/>

