

06

ごぼう

広島県府中市



収穫を1ヵ月先に控えたごぼう。種をまいた時に肥料を与えるだけで、後は自然任せで育てる



諸毛地区特有の粘土質の赤土。この土壌がやわらかい肉質と香り、栄養分を生み出す



太くて香りがよく、
皮が薄くてやわらかい
「幻のごんぼう」。

11月中旬
~12月

全国でも希少な粘土質の赤土が ごぼう栽培に適しています。

長年、野菜の苗づくりを行ってきた竹内茂樹さん。広島市南区宇品で開催されている「ひろしまなとマルシェ」のスタッフから特産のごぼうのリクエストがあり、2017年から栽培を始めた。「農閑期の仕事として、冬のボーナスになるのでは」と竹内さん。5月中旬に種をまき、11月中旬~12月に特殊な長い爪が付いた専用の重機を使って掘り起こし、手で1本1本丁寧に収穫する。諸毛地区の農家では、以前から粘土質の赤土でごぼうを栽培。生産量が限られることから「幻のごんぼう」と言われている。太さが2~3cmで長さが60cmを超えると特A品、45cm以上をA品、それ未満をB品として出荷。繊維が短く食べやすいことから、煮物にも長めにカットして使う。

生産者はコチラ



竹内 茂樹さん

おすすめレシピ

ごぼうといわしの煮つけ

レシピ考案：料理研究家HIROMI



材料 (2人分)

ごぼう …… 1本(5cm位に切り、さらに半分切る)
いわし …… 4尾(頭と内臓をとり除く)
水 …… 200cc
酢 …… 大さじ3

<a>
梅干し …… 2個
水 …… 200cc
酒 …… 100cc
みりん …… 大さじ3
しょうゆ …… 大さじ3

作り方

- ① ごぼうはよく洗い5cm位に切り、さらに半分切る。いわしは下処理をする。
- ② ①を鍋に入れて水と酢を入れ、フタをして火にかける。
- ③ 沸いたら10分ほど煮て<a>を入れ、再び10~15分煮る。