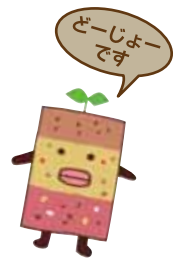


Farm products

農産物

管内の 農産物

安佐南区沼田町の甘とう美人



さわやかな香りと

歯切れ良い食感がうれしい、

京野菜「万願寺とうがらし」の血を引く

「甘とう美人」を紹介します。



露地では定植後約40日で収穫期を迎える。適期収穫を目指してこまめに作業が重ねられる。

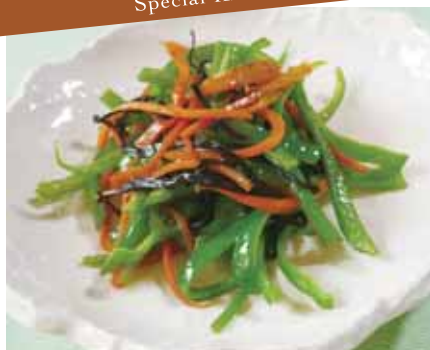
沼田町で10年前、当時の営農指導員の勧めがあり10軒ほどの農家で栽培がスタートした「甘とう美人」。現在5軒で取り組むなか、倉石さんは「同じ年はない、毎年より良いものを作りたい」と思っており現状に満足することなく常に試行錯誤を繰り返しています。枝分かれによりたくさんの実をつけますが、最初の分枝を残し側枝は全て摘み取ります。剪定や支柱立てなどかかる手間を惜しむと良いものが収穫できず俗に「あたり」といわれる辛み果の発生にもつながるため、15cmの収穫適期までしっかりと手をかけます。露地で育つ「甘とう美人」は、自然の恵みをしっかりと受け、畑に放つ独特の香りから



〈食材提供者〉
安佐南区沼田町吉山 倉石 知子さん

倉石さんのこだわる鮮度を感じます。毎週火・木・土・日曜日に伴支店で開催する「アムケット沼田」や市内のスーパードに並ぶ倉石さんの「甘とう美人」はもちろん鮮度抜群の朝採りです。5月に定植し、6月末から10月中旬の長期にわたる安定した収穫を目指します。少量多品目の野菜がきれいに整列する畑の前に「人があまり作らないような、聞いたことのないものを作るのが好き」と話す意欲的な倉石さんから目が離せません。ピーマンやシシトウのような辛みや苦みも少なくやわらかくて食べやすい「甘とう美人」は、天ぷらや煮物、佃煮もおいしいですが、素焼きして醤油とかつお節でいただくのがおすすめです。今回はおすすめにほど近い塩昆布炒めのレシピをご紹介します。

農産物でつくる れしぴれしぴ Special Kitchen



甘味と歯触りを活かして

甘とう美人の塩昆布炒め

材料(4人分)

- ・甘とう美人……………1袋(5本)
- ・ニンジン……………適量
- ・塩昆布……………大さじ1と1/2
- ・サラダ油……………大さじ1

作り方

- ①甘とう美人はヘタと種を除き、細切りにする。
- ②ニンジンは千切りにする。
- ③フライパンに油を入れて熱し、ニンジン、甘とう美人の順に入れて炒め、塩昆布を入れてざっと味をなじませたら火から下ろす。

※炒めすぎず、手早く仕上げる

(制作：イーファム)