

# 金沢春菊

## ～香り高いやわらかな冬の味覚～



### ○概要

金沢市を中心に栽培されている金沢春菊は、香りがよく、やわらかい葉と茎が特徴の伝統野菜です。一般的な春菊よりも葉の形が丸く、クセが少ないため、生でもおいしく食べられます。冬の鍋料理やおひたしには欠かせない、加賀の冬の定番野菜です。

### ○主な産地

金沢市

### ○旬の時期

11月～4月

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

### ○特徴と味わい

葉がやわらかく、ほのかに甘みがあるのが特徴。香りはしっかりあるのに、えぐみや苦味が少なく食べやすい春菊です。また、栄養価も高く、カロテン（ビタミンA）、ビタミンB2、C、Eを多く含み、カリウム、カルシウム、鉄、マグネシウム、銅などのミネラル類も豊富に含まれています。

### ○おすすめの食べ方

キッシュ…春巻きの皮を器にしているので丸ごと食べられます。チーズとの相性抜群です。



### ○生産者の声



「消費者の皆さんに美味しい金沢春菊をお届けできるように愛情をこめて作っています。ぜひ食べてみてください。」

—西本農園 西本明弘さん、いずみさん

知ればもっと食べたくなる！

## ～石川の伝統野菜を受け継ぐ人～ 第3便 金沢春菊



農林水産省北陸農政局石川県拠点では県内の農業者の取組を収集し、農政課題の解決に取り組むことを使命の一つとしています。今回は金沢市千木町で奥様のいずみさんと金沢春菊を生産している西本農園の西本明弘さんに聞いた伝統野菜の魅力や思いをお届けします。

### Q. 金沢春菊栽培の きっかけを教えてください。

妻が子供に安全で美味しいものを食べさせたいと金沢農業大学校に学び就農することをきっかけに、私も早期退職し農業の道に進むことを決意。同校の勧めで金沢春菊の栽培を始めました。ハウス生産を軸に収益が得られる品目にしたいと考え冬場に安定的な出荷を続けた結果、市場でも評価されるようになりました。



### Q. 金沢春菊の魅力や 好きなところを教えてください。

一般に流通している春菊と比べえぐみや苦みが少なくフルーティーな金沢春菊は、一度味わうとリピーターになる方も多いです。サラダなど生で食べたり、香り立つおすましにするのもおすすめ。くせが少ないので、色々な料理に使いやすいところも金沢春菊の魅力と考えています。



### Q. 栽培の苦労や 工夫されていることはありますか。

先達の生産者の方に分けていただいた種を繋いでいますが、自家採取のため、葉の形が不揃いになってしまことや、発芽率が半分程度と生育が難しいことに苦労しています。より美味しい金沢春菊を食べてもらうため、特に柔らかさや香りの際立った個体を選別・採種し、妻と二人三脚で理想の春菊を追及しています。

### Q. 今後の課題や 展望についてお聞かせください。

市内の小学校や保育園の給食前に出前授業をしています。食育をきっかけに子供達に「金沢の冬の野菜=金沢春菊」と認識して貰えるようになればと思っています。近年は生産者も増え、出荷量も増加しています。今後は各生産者が切磋琢磨し、多くの方に金沢春菊を知ってもらえるようになれば嬉しいです。

### 取材後記

金沢春菊は葉の形が丸く柔らかい「大葉春菊」という全国でも珍しい種類の春菊です。購入者の方からは一般的の春菊は苦手でも金沢春菊なら食べられるというお声も聞かれるそうです。豚バラに巻いて調理したところ、豚の甘みと金沢春菊の香りが引き立て合い、他の青菜とは一味違う仕上がりでとても美味しかったです。皆さんも金沢春菊を見かけた際にはぜひ、手にとっていただけると幸いです。