

代表者 3C 成田心美
指導者 土門祐子

はじめに

鹿角地域にとって農業は今後も重要な産業である。国の政策においては農業を成長産業として捉えおり、平成25年には今後10年間で農業全体の所得を倍増させるという目標の元、「農林水産業・地域の活力創造プラン」が発表されている。しかし鹿角地域では農業所得の減少や担い手の不足などが続いており、現在の状況は到底楽観視できるものではない。これからの時代を生きる私たちがこの地域の農業にもっと興味を持って研究することで、鹿角地域に新しいアイデアを紹介できるのではないかと考える。

I テーマ設定の理由

鹿角地域では農業が盛んであるが、栽培する野菜の単価を考えると、単価がより高い野菜の栽培をすることで農家の収入を増やすことができるのではと考えた。最近の洋食産業では西洋の野菜がよく使われていることから、私たちで鹿角地域の気候にあった西洋野菜の栽培を研究することを目的とした。また、西洋野菜は日本の一般家庭にはまだなじみが薄いと思われるため、栽培後の調理方法についても調理実習を通して研究することにした。

II 実施計画

- 1 オリエンテーション、
- 2 西洋野菜についての調査
- 3 グループ別西洋野菜の調査
- 4 グループ別レシピの立案
- 5 西洋野菜の栽培
- 6 調理実習
- 7 パワーポイントの作成
- 8 ふるさと教育「かつの学」発表会

III 調査・研究内容

6グループに分かれ、それぞれが異なる西洋野菜を選び、調査、栽培、調理を担当した。グループ毎の調査結果は以下の通りである。

1 チコリ (3B 沢田美帆、根元樺恋)

- ・原産地 ヨーロッパ、西アジア
- ・植えるのに適した時期・気温
5月、9月 15℃～25℃
- ・栽培上の注意 一度植えたら移植は避ける。過湿にするとウドンコ病が発生するため風通しに注意。
- ・味の特徴 独特の強い苦みがある。
- ・向いている料理 グラタン、サラダ、チーズと相性が良い
- ・料理名 ポートサラダ、チコリのグラタン
- ・調理上の注意 加熱すると苦みが強くなる。炒め物にする際は短時間で加熱。
- ・先生達からの料理の感想 苦みがなかった。クリームチーズが良く合っていた。ホテルで出るサラダのようだ。お酒と合いそう。



2 クレソン (3B 安保楓華 安保智愛 3C 原田瞳)

- ・原産地 ヨーロッパ、中央アジア
- ・植えるのに適した時期・気温
真夏や真冬を除きほぼ一年中。2月頃が最適。環境が合えばとにかくよく育つ。
- ・栽培上の注意
土、水での栽培が可能だが、土の場合は水分をたくさん必要とする。冬場は5℃を下回らないように管理する。
- ・味の特徴 繁殖力旺盛。少し苦く独特の香りがある。大根に似た辛みを持つ。
- ・向いている料理 サラダ、おひたし、炒め物

- ・料理名
クレソンとベーコンのガーリック炒め
クレソンとウィンナーのキッシュ風
- ・調理上の注意 水分が残っていると水っぽい仕上がりになるので洗った後はしっかり水気を切る。炒めすぎると特有のシャキシャキ感が損なわれるので短時間で仕上げる。
- ・料理の感想 《先生達から》クレソンとガーリックがベーコンとよくマッチしていて美味しかった。ビールのおつまみにGOOD。
《自分たちの感想》葉の部分は苦くないが、茎の部分は少し苦みがあった。卵とよくあっていた。ガーリックの味が少し強かった。



- 3 コールラビ (3C 大森夢月 成田心美)
 - ・原産地 地中海北部
 - ・植えるのに適した時期
3月中旬～4月、7月下旬～9月
 - ・栽培上の注意 十分に暖かくなってから苗作りをする。害虫がつきやすいため防虫ネットを張って害虫から守る。
 - ・味の特徴 風味や食感はブロッコリーの茎やキャベツの芯にやや似るが、果肉部の率が高いため柔らかく甘みがある。若い茎はリンゴのようなさくさく感とみずみずしさがある。
 - ・向いている料理
シチューやポトフなどの煮込み料理、炒め物
 - ・料理名 漬け物、コールラビのトマトスープ
 - ・調理上の注意 外側の皮は硬く、煮ても筋っぽいので厚めにむいてから調理する。
- 4 チャイブ (2A 阿部七海 秋本侑菜)
 - ・原産地 西ヨーロッパ、トルコ、イラン
 - ・植えるのに適した時期・気温
3～5月、9～10月 15℃～20℃
 - ・栽培上の注意
弱アルカリ性に株を多めに植え付ける。
 - ・味の特徴 柔らかく繊細な香りがする。

- ・向いている料理 チャイブバター
- ・料理名 トマモンスープ
- ・調理上の注意 細かくしすぎないように。
- ・先生達からの料理の感想
チャイブがトマトスープに合っていた。

5 レッドマスタード

(2B 柳沢芽依 木村梓央李)

- ・原産地 中央アジア
- ・植えるのに適した時期・気温
3～4月 9～10月 15℃～20℃
- ・栽培上の注意 約10cm間隔で種をまく。
- ・味の特徴 ピリッとした辛みがある。
- ・向いている料理 ペペロンチーノ、サラダ
- ・料理名 ペペロンチーノ
- ・調理上の注意
レッドマスタードは最終段階で入れる。
- ・先生達からの料理の感想 程よい辛さが味を引き立てている。後からの辛みが丁度良い。

6 エンダイブ (2B 高橋楓乃 関 椎菜)

- ・原産地 ヨーロッパ
- ・植えるのに適した時期・気温
3月～8月下旬 15℃～20℃
- ・栽培上の注意 耐寒性が弱く、降霜期近くになると生育がストップしてしまう。
- ・味の特徴 ほろ苦い。
- ・向いている料理 スープ、サラダ、
- ・料理名 肉味噌で簡単たまごロール
エンダイブのスープ
- ・料理の感想 エンダイブの苦さが消えパンに肉味噌が合っていて美味しかった。スープも苦さはなかったが、バターが強かった。

IV おわりに

野菜にあった環境を準備することで、鹿角地域でも十分栽培が可能だと感じた。まだ地元のスーパーなどでは目にすることがない西洋野菜だが、大都市のデパートの野菜売り場などでは、高価な値段で販売されている。鹿角地域の農業でも今後こういった単価の高い西洋野菜を栽培することで、農業収入を増やせるのではないかと感じた。

調理実習では、初めて調理する野菜ばかりだったが、その野菜の味や特徴に合わせたレシピで調理できた。先生方にも味見をしていただき、参考になるコメントをもらうことができた。いつも家で作っているメニューにそのまま使って美味しく食べられた野菜もあり、一度食べてもらうことで、西洋野菜になじみをもってもらえると感じた。