

京のふるさと産品協会

# 元気印

三二

公益社団法人  
京のふるさと産品協会

〒601-8585

京都市南区東九条西山王町1JAビル地下1階

TEL.075-925-8315 FAX.075-366-8316

URL.<http://www.kyoyasai.kyoto/>

E-mail.[furusato@kyoyasai.kyoto](mailto:furusato@kyoyasai.kyoto)

Facebook.<https://www.facebook.com/kyoyasai.kyoto>

2021.12 第4号

## CONTENTS

- P1 ブランド産品の産地より
- P2-3 生産者インタビュー  
(亀岡市 木村様)
- P4 おすすめレシピ特集

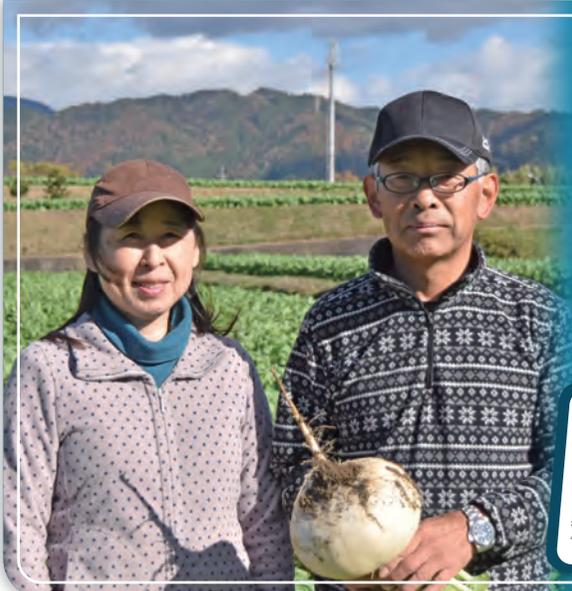
## 聖護院かぶ特集

「聖護院かぶ」は球形でどっしりとした大かぶで、平成19年にブランド認証されています。きめ細やかで、緻密な肉質、歯切れのよい食感が特長です。

京漬物「千枚漬」に使用されることが多い品目ですが、そのほかにもサラダでの生食や麻婆かぶらなど幅広く使用することができます。

11月から2月中旬まで出荷されています。





**INTERVIEW**  
生産者インタビュー  
in 亀岡市

JA京都 京野菜部会  
篠支部かぶら部会  
**木村 良徳さん**  
**妙子さん**

60年続く聖護院かぶ農家の3代目。  
約2haの面積で栽培されています。  
夏はトマトを5000本栽培。

### 栽培で大変なことは？

根菜で根が商品なので、気象条件に左右されることが大変です。異常気象で雨の量が多かったり、気温が高かったりすると聖護院かぶの形に大きく影響を受けます。適度に雨が降ってくれば良いが、集中的に降ると肥料の効き方も悪く、中身も肉質も悪くなってしまいます。

今年はどちらかという悪い条件にハマってしまいました。あとは収穫用コンテナが20kg以上するので、持ち運びが大変で、腰が辛いです。(笑)

### 聖護院かぶに携わってよかった点は？

見た目もきれいで肉質もよくて、お客様に評価をいただいたときが一番うれしいです。千枚漬での利用が多いため、お客様は漬物屋さんが多いので、「良いかぶらやね」と言ってもらえたときは苦労した甲斐があったなと思います。

### 産地の担当者さんにお伺いしました！

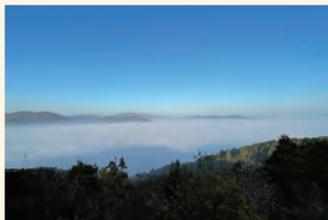


JA京都 亀岡中部支店  
前田 長平さん

ここ亀岡市は晩秋から初春にかけて、晴れの日は午前中いっぱい霧が発生する地域です。そんな中、ブランド産品である「聖護院かぶ」を栽培していただいております。

かぶは12月～1月の気温の低い時期に、最も甘みが出てきます。

ここ近年はコロナによる影響も大きく苦戦が続きますが、みなさまに少しでも聖護院かぶの良さを知っていただくよう販売宣伝に取り組みます。



亀岡市「霧のテラス」▶

## 栽培のこだわりを教えてください

自家製のたい肥を撒くようにしています。市販のたい肥に細菌やエサをブレンドし、1年かけて熟成させています。1ヶ月に1回切り返ししており、毎年5月に圃場に撒き、4ヶ月寝かせて、9月に聖護院かぶの種を蒔きます。

種まきのタイミングも大事で今は8月末頃から順に蒔きはじめます。最近では温暖化で気温が高くなってしまったので、蒔く時期も少しずつ遅らせています。



▲圃場の近くでブレンドした“たい肥”



▲ご両親と奥様と4人で経営



▲木村さん宅で飼っているネコ

## ズバリ、聖護院かぶの良さはなんですか

くせがなく、甘みもあるので、和食だけでなく、洋食でも使っていただける品目です。妻がよく作ってくれる「聖護院かぶのあんかけ」は絶品です。

### ひとくちメモ

聖護院かぶの皮は厚めにむいて食べるのがおすすめです。甘みのある木部を守るため、かぶの師部は繊維質で硬さがあります。



今回、木村様の取材と同時に産地紹介動画を撮影させていただきました。収穫から出荷までの様子も撮影しております。途中で木村様のインタビューシーンもございますので、ご覧ください！



おすすめレシピ



Let's COOK

調理時間 15分

調理方法 レシピ動画はこちらをチェック

# 聖護院かぶのカルパッチョ



## 材料

- 聖護院かぶ…………… 1/4個
- 生ハム…………… 3枚程度
- サーモン…………… 6切れ程度
- オリーブオイル…………… 適量
- マヨネーズ…………… 適量
- コショウ…………… 適量
- 塩…………… 少々
- ブロccoliリースプラウト…………… 1/3パック
- もしくはかいわれ…………… 1/3パック

## 作り方

- ① かぶの皮をむき、食べやすい大きさにスライスして塩をふる。
- ② スライスしたかぶ2枚の間に生ハム、サーモンなどを挟む。
- ③ お皿に並べ、かぶの上にオリーブオイル、マヨネーズ、コショウをお好みでかける。
- ④ 最後にかいわれをのせて完成。



## 出荷のお知らせ

### 12月の出荷

- 京こかぶ
- えびいも
- 堀川ごぼう
- やまのいも
- 聖護院かぶ
- 聖護院だいこん

- 金時にんじん
- くわい
- 花菜

※1月から出荷の品目はございません

### 通年出荷

- 京みず菜
- 京壬生菜
- 九条ねぎ
- 京丹波大黒しめじ

は、引き続き出荷しています。

ひと手間レシピ

## 聖護院かぶ de まきまき生春巻き



- 聖護院かぶ…1/4個
- 生ハム…2枚程度
- サーモン…3切れ程度(お好みでエビなど)
- きゅうり…1/2本
- レタス…3枚
- かいわれ…1/4パック

調理方法 レシピ動画はこちらをチェック



※マヨネーズやゆずみそなどお好みのたれでお召し上がりください。

寒い冬を乗り切ろう!

# 聖護院かぶのあったかレシピ!

## 麻婆かぶら

### 【材料】

- 聖護院かぶ…1/3個
- 豚ひき肉…100g
- しょうがにんにく…適量
- 九条ねぎ…適量
- 豆板器…小さじ1
- 片栗粉…大さじ1
- ごま油…適量
- A)とりがら…150cc、醤油…大さじ1、みそ…大さじ1、酒…大さじ2、砂糖…小さじ1



調理方法 レシピ動画はこちらをチェック

### 【作り方】

- ①かぶの皮を厚めにむき、2cm角に切り、やわらかくなるまで茹でる。
- ②A)を混ぜ合わせる。
- ③しょうがにんにくを炒めて、豚ひき肉、豆板器、A)を入れる。
- ④茹でたかぶを入れて、水溶き片栗粉、ごま油、ねぎを入れる。



## 聖護院かぶのあんかけ

### 【材料】

- 聖護院かぶ…1/3個
- とりミンチ…100g
- 九条ねぎ…1/3本
- 水菜…2〜3束
- 人参…1/2本
- きのことお好みのもの
- 片栗粉…大さじ1、お好みでしょうが
- 出汁…250cc(白だし、めんつゆ顆粒出汁など)



調理方法 レシピ動画はこちらをチェック

### 【作り方】

- ①かぶを食べやすい大きさに切り、出汁でやわらかくなるまで煮込む。
- ②とりミンチ、ねぎ、水菜、人参の細切り、きのこを入れ、しょうがを擦り入れてしばらく煮る。
- ③水溶き片栗粉でとろみをつけて完成。

