# 『京壬生菜のピリ辛炒め』



₩ 料理名

京壬生菜の ピリ辛炒め

(7)調理時間

約10分

■ × ±

材料

野菜ソムリエプロ:杉本佑貴様

京壬生菜をまいたけ、にんにく、鷹の爪と一緒に炒めた一品。 ピリ辛の味がクセになります。

(4人分)
京壬生菜200g
まいたけ70g
にんにく5 g
鷹の爪(輪切り) …5g
ごま油大さじ
(A)
塩小さじ 1/
こしょう少々





①壬生菜は株元を切り取り3cm幅に切り、まいたけは 手でちぎって小房に分け、にんにくは粗みじん切りに

②フライパンにごま油をしき、にんにくを入れて中火で

③軽く焼き色がついたら、まいたけを入れて火が通るま で炒めます。

④京壬生菜と鷹の爪、(A) を加えてサッと炒め、火を止 めて器に盛ります。



# 出荷の お知らせ



★賀茂なす 6月の

- ★伏見とうがらし
- ★万願寺甘とう(万願寺とうがらし)
- ★京山科なす
- ★京こかぶ
- ★京たんごメロン

7月の

出荷

- ★鹿ケ谷かぼちゃ
- ★京夏ずきん

通年出荷

- ★京みず菜
- ★京壬生菜
- ★九条ねぎ
- ★京丹波大黒本しめじ

産地情報 出荷時期 については

京のふるさと産品協会





facebook



でも発信しております!



ご覧ください



TEL. 075-925-8315 FAX075-366-8316 URL. https://www.kyoyasai.kyoto/ E-mail. furusato@kvovasai. kvoto

2023.5 第 9 号

# CONTENTS

P 1 プランド産品の産地より

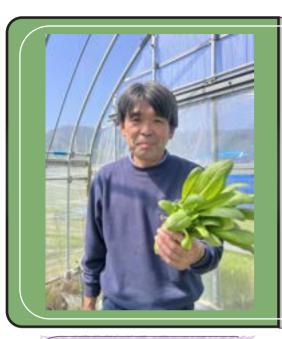
生産者インタビュー (南丹市日吉町)

おすすめレシピ & 協会紹介コーナー

京のふるさと産品協会

■ ブランド産地

今回ご紹介する『京壬生菜』は、1800年頃にみず菜の中から 切れ込みのない変種が生まれ、現在の形状になったと考えられます。 JA京都中央 そんな『京壬生菜』は平成3年にブランド産品に認証され、現在は 京都府内3産地で栽培されております。今回は産地の中で、30年以上 /JA京都中央 も『京壬生菜』を栽培されている日吉町で、壬生菜部会の部会員である前田様に JA京都やましろ 栽培についてのお話を伺いました。



## INTERVIEW

生産者インタビュー in 南丹市日吉町

JA京都京野菜部会

前田 利治さん

前田さんは、京壬生菜を4棟分 栽培されており、その他にも、 京かんざし、万願寺とうがらし などを栽培されております。

#### 栽培で大変なことは?

栽培で大変なことは2つあり、ひとつは 夏場の害虫の対策です。ハウスで栽培して いますが、虫は発生するため、種まき時の 防除や、畝に防虫のトンネル用の防虫ネッ トをして、対策しています。

もうひとつは成長の早い夏場は収穫に追 われることです。夏場は収穫できる大きさ になったら2日以内に収穫しなければ規格 を超えてしまいます。

#### 京壬生菜に携わってよかった点は?

日吉の農家の知り合いが増えたことです。壬 生菜部会には22名の方が所属していますが、 京壬生菜を栽培していなかったらかかわりがな かったので。

栽培のこと、経営のことなどいろいろと相談 できる横のつながりがあるのは非常に心強い です。





竹村裕容さん

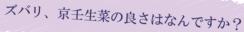
南丹市日吉町管内では京壬生菜をはじめ、丹波くりや京都府 産黒大豆新丹波黒などのブランド品目、万願寺とうがらしな どが栽培されています。京壬生菜のブランド品質を守るため 定期的に目合わせ会を行っています。生産者こだわりの京壬 生菜を今後ともよろしくお願いいたします。

## こだわりを教えてください?)

日吉町では、30年以上も前から京壬生菜 を栽培しております。当初から選別は徹底し ており、部会としてそれを維持できているこ とは強みだと思います。葉の虫食いの状態、 株元のずるけがないか、大きさが規格基準内 であるかを確認しています。

> 柔らかい葉が 青々と伸びています





日吉町の壬生菜は若取りをしているため、やわ らかいことが特長です。

また、京みず菜はどちらかというとあっさりし ているが、京壬生菜はコクがあって、風味がわか りやすいです。



## ひとくちメモ

#### 京千生菜が出荷されるまで



AM5 時から収穫開始!!



荷姿を美しくするため 丁寧に根や葉をとる



重さが 200g を



滑りの良いシートを利用し 超えているか確認 手際よく袋詰めしていきます 京壬生菜の完成



出荷準備万端の