

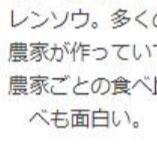


## くにたち野菜図鑑

くにたち野菜の直売所は春夏秋冬、季節を感じられる場所。なんといっても季節にあった野菜が一番おいしい! そしてスーパーではあまり見かけない珍しい野菜もたくさんありますし、品種もさまざまのが「くにたち野菜」の特徴です。たとえばカボチャやジャガイモでは、10以上もの品種が栽培されています。直売所ではぜひ品種にも注目してくださいね。そして、食べたことのないものにもどんどんチャレンジして、あなた好みの野菜を見つけてください。

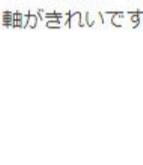
春 夏 秋 冬 加工品

冬



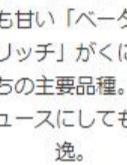
ほうれん草

寒くなればなるほど甘みが増すホウレンソウ。多くの農家が作っていて農家ごとの食べ比べも面白い。



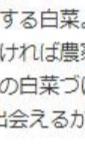
サラダほうれん草

えぐみの少ないサラダ用。紅い色の軸がきれいです。



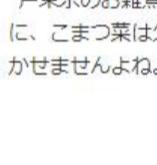
ニンジン

くせの少ない「向陽2号」とっても甘い「ベータリッチ」がくにたちの主要品種。ジュースにしても秀逸。



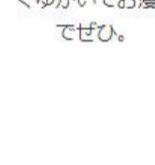
はくさい

漬け物、鍋物、炒め物。なんでも活躍する白菜。運がよければ農家手作りの白菜づけにも出会えるかも。



こまつ菜

カルシウムやビタミンが豊富な便利野菜は、東京原産。そういえば江戸東京のお雑煮に、こまつ菜は欠かせませんよね。



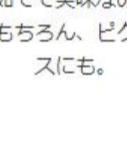
春菊

春菊の香りもまた、鮮度に大きく影響を受けます。鍋物もいいが、軽くゆがいてお湯しだせひ。



ブロッコリー

ぜひ食べ比べてみてください。どれたてのブロッコリーは甘くてえぐみがありません。



カリフラワー

きれいな白いもののほか、オレンジや紫色など色の違いも楽しめます。茹でて美味しいのはもちろん、ピクリスにも。



じゃがいも

この時期採れるじゃがいもは「秋じゃが」と呼ばれ、夏に比べてゆっくり育つのでとても味が濃いのです。



ダイコン

ダイコンも実は鮮度が大切。新鮮だとときめが細かくて苦味が少い。葉付きものは地元産ならでは。肌が赤い「赤大根」も。



聖護院大根

煮物ならぜったいコレ。ちょっとお値段は張りますが、ふつうの青姫大根にはない感動を覚えます。



キャベツ

冬のキャベツは栄養豊富。春キャベツに比べてしっかりしているのでホールキャベツがお得意です。



ネギ

柔らかい「汐止」やまろやかな甘みの「下仁田」なども。品種違いを楽しめるのが「くにたち野菜」です。



キクイモ

別名トピナンブル。血糖値を下げる健康野菜として注目されていますが、実は料理法も幅広い便利野菜。



サトイモ

実は谷保はサトイモと土壤が合う名産地。農家さんの大部分がサトイモを作っています。



八つ頭

お正月に欠かせないサトイモの一種、八つ頭。ほっくりしているのが特徴。ほかにも「たけのこ芋」など珍しい里芋も。



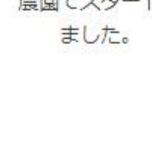
いもがら

八つ頭の茎を干したもので、昔ながらの味。



ユズ・ミカン

くにたちのユズやミカンはほとんどが栽培期間中農薬無使用です。冬のころ、たくさん出てきます。



キウイ

くにたちでキウイ?と思われるかもしれません。キウイ栽培の歴史はくにたちの澤園でスタートしました。

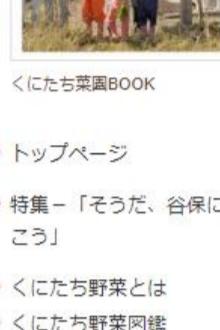


カブ

くにたちのカブもやわらかくて甘いです。サラダカブなど生食のために作られている品種もあります。

くにたち  
あぐりッポ

Kunitachi Agrippo

つくる。あそぶ。食べる。楽しむ!  
くにたち菜園BOOK

- トップページ
- 特集 - 「そうだ、谷保に行こう」
- くにたち野菜とは
- くにたち野菜図鑑
- 農家プロフィール
- イベント情報
- 買う - 直売所マップ
- 食べる - くにたちグルメガイド
- つくる - くにたち野菜レシピ
- 育てる - 市民農園情報
- スタッフブログ  
| 國立日誌 (スタッフブログ)
- くにたち農業の今
- 農業関係リンク
- 農業推進事業及びこのサイトについて