

アスパラ菜の産地見学と料理教室を開催しました。

「福岡市農畜産物消費拡大推進協議会」では、市民の農業への理解促進を図るとともに、市内農畜産物の魅力を伝え、地産地消の推進を図るため、市民を対象とした産地見学と料理教室を実施しています。今回、アスパラ菜の産地見学と料理教室を開催しましたので報告します。

- 1 日時 令和元年11月21日（木） 9時15分～15時15分
- 2 場所 見学場所 アスパラ菜の圃場（福岡市西区元浜）
料理教室 JA福岡市旬菜キッチン（福岡市西区福重1丁目16番6号）
- 3 参加者 19名（市内に居住または市内に通勤する18歳以上）

アスパラ菜の産地見学

今回は、福岡市西区元浜でハウス栽培されているアスパラ菜を見学しました。



生産者の話を熱心に聞く参加者の皆さん

アスパラ菜は、中国野菜の菜心と紅葉苔を交配して育成された品種で、茎葉や花芽を食べます。青くさみや苦味がなく、くせがないため、和え物、おひたし、漬菜、炒め物、煮物、鍋物、天ぷら、ちゃんぽん、お好み焼きなど様々な料理に合うこと、栄養価も高いことなどを生産者から教えていただきました。初めてアスパラ菜を見たという参加者もあり、ぜひ食べてみたいという声があがりました。

料理教室



（左上）がめ煮，（右上）アスパラ菜の白和え
（左下）ごはん，（右下）さつま汁

料理教室では、JA福岡市旬菜キッチンインストラクターの橋口先生を講師に迎え、アスパラ菜の白和えを始め、がめ煮などの郷土料理を作りました。

さっとゆでたアスパラ菜は甘味もあり好評。がめ煮やさつま汁もやさしい味に仕上がりました。

試食後は、JA福岡市食農ティチャーとして活躍されている生産者の高木さんによる野菜のミニ講座を開催。

お米の保存方法やおいしく食べるコツ、野菜の分類やおいしい野菜の見分け方などを教わりました。



野菜のミニ講座