

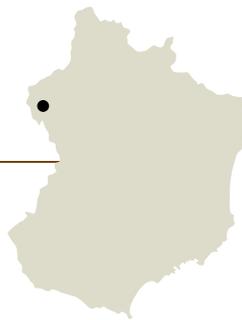


くき たち な

茎立菜

主な産地

●三和町上三坂地区



生産の歴史的由来・特徴

茎立菜は、晩生アブラナのタイプで、葉身は欠刻をもつ品種です。栽培が確認された三和町上三坂地区では、少なくとも80年以上は地種栽培されてきた品種ではないかと思われます。

アブラナより生育が遅く、初夏までの青菜の端境期にゆっくり育ち、長期間収穫できるので栽培当地では重宝されてきた作物のひとつです。しかし時代とともに食の豊かさが増し、茎立菜の栽培者は、現在では2～3人となっています。

特に葉菜類は、同じ品種でも栽培地域の自然環境によって、



種蒔きから4か月後の茎立菜。新葉は赤身を帯び、葉は大きく横に広がるように成長する

姿も味も異なります。茎立菜は、冬でも枯れることはなく、花芽を付ける6月頃には1mを超す丈になります。その葉は大きく、葉柄も太くてみずみずしく、茹でた後の食味は、あっさりとした甘みの中になめらかさもあるのが特徴です。アクも少ないため、クセがなく、よごし、味噌汁、お浸しとして食されています。

代表的な栽培方法

畑に苦土（くど）石灰を撒いた後、元肥（もとごえ）として化成肥料（野菜配合肥料等）をパラパラ施します。

9月から10月にかけて、栽培者によってさまざまですが、75cm幅の畝に全面に種を蒔いたり、1条に蒔いたりして間引きます。栽培管理をしやすくするため、苗を作り、30～40cm間隔で植え付ける方法もあります。

肥料（野菜配合肥料等）を施すと太く育ち、春には茎葉（けいよう）を食べることができるので、追肥は丹念に行います。

収穫は、苔立（とうだ）ちする4月下旬から茎葉を摘み始めます。蕾も食材に用いることができるので、6月まで収穫することができます。

葉が黄色くなってきた7月下旬に刈り取り、軒下に置いて（特に束ねなくてもよい）、枯れたら踏んで種を採ります。



在来作物と伝統・食・文化

茎立菜のじゅうねん和え

材 料 ●茎立菜 ●じゅうねん味噌(じゅうねん、砂糖、味噌、しょう油)
●塩 ●砂糖

- 作り方
- ① 熱湯に砂糖と塩を入れて、茎立菜を入れて1分ほど茹でる（※砂糖を入れると色が鮮やかになる）
 - ② ①を水にさらして冷まし、水気が出なくなるまで絞りきり、5cmほどに切りそろえる
 - ③ じゅうねん味噌を作る。じゅうねんをフライパンで煎り（※2粒くらい弾けるまで）、すり鉢ですり、砂糖、味噌、しょう油を加えて混ぜる
 - ④ ②の茎立菜を③のじゅうねん味噌と和える

