



# アブラナ・おいしいな

## いわき市内のアブラナの栽培地域

- 平下平窪

## いわき市内のおいしいなの栽培地域

- 錦町



## 生産の歴史的由来

アブラナは、北ヨーロッパ、バルト海沿岸からウクライナ、ベラルーシを経てシベリアに至る地域で野生種が見い出され、これらの地域が原産地と推測されています。

中国には、紀元前に既に伝播していたようで、日本にも奈良時代までには伝わっていました。この頃は、葉を食べる葉菜ようさいでしたが、平安時代に入ると種から油を絞るようになり、菜種油が誕生しました。蕾を食べるようになったのは明治時代以後のことです。

アブラナ系の野菜は、戦前、戦中そして戦後と畑で栽培し、簡単に摘んで食べた懐かしい思い出が今も私たちに残り、店頭で冬菜、春野菜として並んだときに真っ先に手が伸びるののかもしれません。



◆早春の蕾をつけた若葉

## いわき地区の伝承

福島県には江戸時代初期に、いわき地区には江戸時代中期に導入されたという記録がありますが、当時は採油目的で栽培されたものです。食生活、年中行事を記載した文献によりますと、大正の終わりから昭和初期にかけて葉を食べる葉菜として栽培されてきたようです（神谷村史、日本の食生活全集7より）。

夏井川流域の一部で『平窪独特のアブラナ』といわれているもの、鮫川流域のなかでアブラナ的一种と思われる『おいしいな』と呼んでいる越冬菜が作られています。

アブラナは小松菜が普及するまで冬菜として重用されてきたもので、『平窪郷土史』に、昭和20年代頃まで平窪地内の農家で行なわれていた年中行事として、「一月七草（7日）朝、七草粥をつくる。一般的に大根、あぶらな、せりなどが用いられた」と、記されています。一般に出回っている新晩生油菜は、刻みが深く照りもありますが、このアブラナは淡濃緑色で刻みの少ないのが特徴です。

おいしいなは、市内の各地で栽培されていますが、錦町の生産者は、母の代から100年以上作り続けてきました。葉はアブラナと同じ淡い緑色ですが、周囲にギザギザの突起があり、茎は下半部が濃い緑色、上半部から紫色を帯びます。



◆平窪のアブラナ



◆錦町のおいしいな



◆おいしいなの発芽のようす

## 栽培方法の一例

アブラナは10月中旬に種を蒔き、茎葉の伸びたものを間引いて丈夫な茎・根にします。追肥は、間引いたあとの1回ぐらいで足りません。霜にあたるほど甘味が増すことから、1月～2月が旬となります。3月の初め頃、畑を見回って優良な草姿のものを選んで、交配しないように丈が20cmぐらいのとき植え替え、6～7月に採種します。

おいしいなは、収穫時期をずらすために9月から10月にかけて種を蒔き、15cmぐらいになったら良いものを選抜し定植します。最初の収穫は春の彼岸前後で、中心の芯を手で摘んで食べます。この作業を植えた順に繰り返し、最終的には6月上旬まで収穫できます。

## REPORT

世にはない在来の美味しさ

アブラナは地味が濃いので、ジャガイモの味噌汁によく合います。さっと湯がいて、切って、油揚げと一緒に冷凍保存しておき、忙しいときにそのまま味噌汁や煮物の具材として用いると重宝します。

おいしいなは、蕾・葉・茎を食べることができ、独特のほろ苦さと香りをもった春野菜です。

食べた方は口をそろえて「何ともいえないおいしい味」と言い、同業の皆さんから「種はどこから入手したのか」と必ず聞かれるそうです。