

# 葉ごぼう(若ごぼう)の生産農家

熊取町和田 中尾進さん

葉ごぼうは、ここ大阪府を中心に栽培されている農産物(特産品)です

根だけを食べる普通のごぼうと異なり、葉も茎も根も全て食します。

栄養成分も豊富で、食物繊維をはじめビタミン類、鉄分、カルシウムが多く含まれています。

ハウス物が1月下旬あたりから収穫が始まり、路地物の収穫は3月から4月初旬あたりまで続きます。



## 種まきから収穫まで

- [ 9月 ] 種まきは、9月10日頃から20日頃までに蒔きます。
- [ 12月 ] 12月の末頃に、茎の所を切って、そのまま土の中で育てます。
- [ 2月 ] 2月中旬頃から、葉が大きくなったものを土から引き抜き収穫します。



## 生産農家

ここ熊取では、葉ごぼうを作って食べる習慣はありませんでした。大阪府の東部にある八尾市で作り始め、ここ熊取でも作るようになりました。現在、熊取では、生産農家は、私の所を含めて、6~7軒で作っています。

## 栽培方法

種は、出来た葉ごぼうからもとりますが、大部分はJA大阪泉州から分けていただいています。特に、ハウス栽培では、温度調節と風に気を遣います。農薬散布は、アブラムシ対策のため散布しますが、極力気を遣います。ですので出荷前2か月間までには散布を終えています。



## 根だけでなく、葉も茎も全て食べます

2月の出荷始め頃は、大阪の料理店では、春一番を感じさせる季節の食べ物として珍重されています！3月～4月頃まで出荷していますので、歯ごたえのある(シャキシャキした)食感を楽しんで頂ければと思います。調理方法としては、かき揚げの天ぷら、ベーコンとの炒め物、かやくご飯などが好評です。また、佃煮にして楽しむ方々もおられます。

かき揚げの天ぷら



ベーコンとの炒め物



かやくご飯



佃煮

