



食物繊維たっぷり
香り豊かな健康野菜



食の太鼓判

安心・安全に
こだわって生産しました！
かがしまの農林水産物
認証制度(K-GAP)

Kagoshima Good Agricultural Practice

第六回 新ごぼう



おすすめレシピ

新ごぼうのフライ

<材料>

- 新ごぼう / 200g
- 上新粉 / 200g
- 酢 / 少々
- 小麦粉 / 適量
- 水 / 300cc
- サラダ油 / 適量
- 塩 / 適量

<作り方>

- ① 新ごぼうの泥や汚れを洗い流す。
- ② 12～13センチに乱切りして酢水にさらす。
- ③ 水気を切り、小麦粉をつける。
- ④ 上新粉を水でとく。
- ⑤ ③を④の中に入れて、170℃の油で揚げる。
- ⑥ 揚げた新ごぼうに塩をふる。

☆酢水にさらすのは、変色を防ぐため。うま味が逃げないように漬け過ぎには注意。目安は5～10分。



かがしまの農林水産物 認証制度(K-GAP)とは

K-GAPは、安心・安全を考へて県が策定した基準に沿って生産者自らが行う記録・点検・評価・改善の農業生産工程管理(GAP)の取り組みを外部機関が審査・認証する鹿児島県独自の制度です。

きんぴらや煮物の具材として使用されることの多いごぼう。中国から葉草として伝わり、主に食べられるようになったのは江戸時代から明治時代にかけてといわれています。鹿兒島のごぼうは、ほぼ周年出荷されており、中でも1月上旬から4月上旬にかけて出荷される長さ40～50センチほどの「新ごぼう」は、春を感じる食材として年々需要が高まっています。

新ごぼうは色白で生育期間が短く、香り高いのが大きな特徴。低カロリーで非常に柔らかく、生でも食べられるので、サラダとして食べるのも最適です。県内では始良、川薩、大隅地区での生産が盛んです。また、食物繊維を豊富に含み、消化管機能や腸の蠕動運動の促進、抗酸化作用などがあるといわれています。ごぼうの香りやうま味は皮の部分に含まれているので「泥や汚れを洗い流す程度にして皮はむかない」「長時間水にさらすとうま味成分が逃げてしまうのでアク抜きをしない」などが、ごぼうを調理する際のポイントです。

独特の風味と食感がたまらない

土の中で大きく育った野菜

1月から4月にかけて収穫される新ごぼうの産地として知られている始良地区。現在、収穫最盛期を迎えている新ごぼうについて、JAあいらごぼう部会の藤山武行さんにお話を伺いました。

始良地区の新ごぼうについて教えてください。

1月上旬から4月上旬にかけて収穫されるごぼうを「新ごぼう」と呼んでいます。始良地区では昭和63年に霧島町・隼人町(現霧島市)で初めて導入されました。

また、平成4年には日当山支所野菜選果場に外径測定式ごぼう選果機を導入し、共選共販(共同で選別・出荷する方式)による新ごぼうの出荷が県内で初めて行われました。

一時は栽培面積が14ヘクタールに広がりましたが、生産者の高齢化に伴い減少していました。しかし、次第に後継者や新しい担い手が増えて栽培面積を拡大し、現在は霧島市と始良市で栽培され、面積も13ヘクタールにまで回復しています。

K・GAP 認証取得のきっかけ。

平成21年に初めて申請し、それ以降は毎年認証取得しています。認証取得の最も大きな理由は、やはり安心・安全を求めている消費者への対応です。

特別な取り組みを行っているわけはありませんが、生産管理や栽培管理の徹底、生産履歴の記帳、土壌分析などを通じて部会員の意識は大幅に向上していると思いますし、資材の節減にもつながりました。

今後の展望を教えてください。

始良地区のごぼう栽培は若い担い手も多く、一人一人の規模拡大が確実に進んでおり、非常にいい傾向だと感じています。今後はさらに新ごぼうの収量を増やすとともに、夏季の新ごぼうの出荷も目指していきたいと考えています。

錦江湾沿いの温暖な気候や日照時間が長いという環境が新ごぼうの生育に適していると思います。現在の生産者は24人、平成24年度の販売数量は150トン、販売金額は8250万円を見込んでおり、関東方面への出荷が約8割を占めています。

新ごぼうには

どのような特徴があるのですか。

長さは通常のごぼうより少し短めの40〜50センチ。8月下旬から種まきを開始し、今まさに収穫の真っ最中ですね。生育期間が短く、色白で香りがとても良く、非常に柔らかいという特徴があります。みずみずしいため、サラダや酢ごぼうにもぴったります。



JAあいらごぼう部会

部長 藤山 武行さん



かごしまの農林水産物認証制度PR協力店

下記の店舗で取り扱われています。認証マークを目印にお買い求めください。

K-GAP認証取得状況(県全体)

57品目で227団体・個人が269件の認証を取得しています。(平成25年1月現在)

◆山形屋ストア(山形屋店)

鹿児島市金生町3-1
☎ 099-227-6812
営業時間 午前10時～午後8時

◆山形屋ストア(きりしま国分山形屋食品フロア)

霧島市国分中央3-7-17
☎ 0995-45-6637
営業時間 午前9時30分～午後8時

◆マックスバリュ(オプシアスミ店)

鹿児島市宇宿2-3-5
☎ 099-812-7282
営業時間 24時間

◆A・コープ国分店

霧島市国分中央4-3004
☎ 0995-45-6562
営業時間 午前9時30分～午後9時

◆A・コープ国分西店

霧島市国分福島3丁目45-15-4
☎ 0995-49-8525
営業時間 午前9時30分～午後10時

◆A・コープいしき店

鹿児島市伊敷台2-27-2
☎ 099-220-5800
営業時間 午前9時30分～午後10時

◆A・コープ桜ヶ丘店

鹿児島市桜ヶ丘4-1-13
☎ 099-264-5151
営業時間 午前9時30分～午後10時

◆おいどん市場与次郎館

鹿児島市与次郎2丁目2295-235
☎ 099-253-3153
営業時間 午前9時30分～午後6時

◆さつまいもの館(東京店)

東京都千代田区有楽町1-6-4
☎ 03-3580-8821
営業時間 午前10時～午後8時

K-GAPはKagoshima(鹿児島)のGood(良い)Agricultural(農業)のPractice(やり方)の頭文字を略しています。GAPは「農業生産工程管理」を表します。

県庁食の安全推進課

TEL 099-286-2888