



きくち しゅん あじ 菊池のおいしい旬の味

11月 れんこん

毎月19日前後は「きくちさんデー」です。今年は、菊池地区で生産される食材を紹介します。

縁起物として、正月料理や精進料理に欠かせない食材です。淡白な見た目からは想像もできないほど、栄養の宝庫で、ビタミンCや食物繊維が豊富です。切り方や加熱の仕方です。いろいろな食感が楽しめます。今が旬の野菜です。給食にもたくさん使っていますので、たくさん食べてほしいですね。



生産者の村上さんご夫婦

レンコン畑

取材のころは茎や葉は枯れてしまいましたが、7月頃には乳白色のきれいな花が咲くそうです。



4月に種を植え付けたレンコンは7月下旬から収穫が始まり、3月まで続きます。2ヘクタールの畑で栽培されており、現在は消防用のホースで水を入れながら掘り起こす作業が続いているそうです。冬は寒くて大変ではとお聞きすると、「地下水なので水の中は比較的暖かいです。外にいる時の方が寒いですね」とのこと。栽培するには、いろいろな苦労があるそうですが、除草剤を使用せずに栽培をしているため、草取りが一番大変だそうです。村上さんが愛情をこめて栽培されている様子が伝わってきました。

いつもおいしいレンコンをありがとうございます。

収穫されたレンコン



ぶち情報

「未来を見通す」ものと考えて、縁起が良いとされているれんこんの穴ですが、そもそも、どうして穴があいているのでしょうか？実はこの穴は、レンコンが呼吸をするための通気口なのです。水底の泥の中には酸素が少ないので、空気を通すための穴が葉っぱの気孔から続いているのです。