



がつ ちさんちしょうしょくざい 2月の地産地消食材は『ニラ』



2月に入り、一段と寒さが増しました。まだまだ寒い時期は続くので、凍っている場所や雪で滑らないように、十分気を付けましょう！

今月の地産地消食材はニラです。ニラには体の疲れをとり、免疫力（体に入ってきたウイルスと闘う力）を高める効果があるといわれています。今回は、豊田でニラを作っている長島完治さんにお話をきいてきました。



ながしまかんじ
長島完治さん

ニラは収穫で刈り取っても、またニョキニョキと伸びてくるので、何度も収穫ができます。そのため、1年を通して計画的に安定した栽培ができ、自分のペースで作業をすることもできます。一番初めに収穫されたニラは、葉が厚くて幅もあり、とても甘いと言われます。刈り取られても、冬は30日、夏は14日ぐらいで、また収穫できる大きさに成長します。

ニラを育てるときには、虫がつかないようにしたり、温度を管理したりと、大変な作業がたくさんあります。また、ニラを刈り取る時は、しゃがんだ姿勢が続くので、腰や膝が痛くなることもあるそうです。

そんななかでも、長島さんはいつもニラの気持ちを考えながら、愛情こめて作業をします。



ちかみ
近くで見るニラの様子



おく
奥までニラがびっしり

「手間ひまと愛情をかけた分、ニラは応えて（立派で良いニラになって）くれるんです。そして、そのニラを食べた人から、甘くて柔らかくておいしいニラだねと言われたときに、やりがいを感じますね」と長島さんは言います。

「ニラは今が旬なので、甘みを感じておいしく食べてほしいですね。風邪に負けないように、ニラを食べて体力をつけて下さい！」とみなさんへ言いただきました。

日光産のおいしいニラを食べて、元気に冬を過ごしましょう！！