

2月の地産地消食材は『ニラ』

2月に入り、寒さも強くなってきましたが、みなさんは寒さに負けず、元気に過ごしていますか？日光市内でもインフルエンザが流行っています。健康に気をつけて、楽しい学校生活を過ごしましょう。

今月の食材は『ニラ』です。日光市内では約 50 名の生産者の方々がニラを生産しています。今回は、JA かみつが日光にら部会副会長の塩野室地区嘉多蔵でニラを生産している池田雄一さんにお話を聞いてきました。



池田 雄一さん（嘉多蔵）

池田さんは 36 棟のハウスでニラを作っています。

今年の池田さんが作ったニラは、葉がとっても厚く、すごく濃い緑色になり、とても良く出来ているそうです。でも、夏の猛暑が無ければ、もっと良いニラができたと悔しがっていました。

ニラ作りのやりがいを聞いてみました。「1 回目の収穫のときに、太くて甘みのあるおいしいニラができて、それを出荷するときにやりがいを感じます。」と、満面の笑みで答えてくれました。

何回も収穫できるニラですが、左の写真に写っているニラは、約 20 回も収穫されているニラです。こんなに収穫されていても、まだまだ緑色をしています。とっても強い野菜なんですね。

池田さんオススメのおいしいニラの食べ方も聞いてみました。

まず、ニラを 3cm の長さに切り、レンジで温めてから、かつおぶしを多めに乗せて、しょうゆかポン酢をかけてできあがり。素材の味を楽しむことができ、さらにはゆでると無くなってしまうおいしさも、レンジだと楽しむことができます。皆さんもお家の人に作ってもらってください。

最後に、皆さんへ一言いただきました。「みなさんも、栄養満点のおいしいニラを好き嫌いしないで、どんどん食べてください！」

