

10月19日（火）は… ふるさと食材の日「ゆり根・じゃがいも・玉ねぎ」!!

ゆりねはJAふらの、じゃがいもは藤野農園、玉ねぎは奥野農園にご協力いただきました。



ゆり根はどのような食べ物か知っていますか？

ゆり根は字の通り、ゆりという花の根のことです。

シャキシャキとした食感とやさしい甘さが特徴的な野菜で
長く加熱することでホクホクとした食感に変わります。

ほかの野菜は半年から1年ほどで収穫するのに対して、

ゆり根は収穫するのに5年もかかります。また、雪が降る前に

一度掘り起こして次の年に植えなおすという作業を毎年

行います。ゆり根は食べるまでに多くの時間と手間をかけて

作られます。作ってくれた農家さんに感謝していただきましょう！

ゆり根を育てる時は花が咲く前に

つぼみをとってしまうそうです。

そうすることで、ゆり根の成長に

養分が使われ大きなゆり根が

できます。つぼみをとる作業は

一つ一つ手作業で行うので

とても大変です。



ゆり根の農家さんからのひとこと

「ゆり根は普段食べる機会がない食べ物
だと思えます。時間と手間をいっぱい
かけて育てたゆり根を食べてみてください。」
また、ゆり根を使ったおすすめの食べ方は
みそ汁や豚汁。加熱させることで
ホクホクとしてとてもおいしくなるそうです。

