

大和のこだわり野菜

大和ふとねぎ

非分げつ性の一本ネギで、白根部分が長ネギに比べて短い太い。この部分にはタンパク質や辛味成分が多く含まれ、熱を加えることで特有の甘味や風味が出てくる。緑色の葉先まで美味しく食べられる。

生産地 山添村 他

販売先 直売所、スーパー 等

料理法 すき焼き、煮物、焼き物 等

大和寒熟ほうれん草

ほうれん草は栽培中に寒さにあたることで、生育は遅くなるが糖含有量が高まる。大和寒熟ほうれん草は、品種、栽培方法、栽培地域、糖度の測定等について規定した栽培マニュアルに基づいて生産出荷される。

生産地 曽爾村、桜井市、宇陀市 他 約1ha

販売先 スーパー 等

料理法 和え物、おひたし、油いため 等

半白きゅうり

戦後、きゅうりの品種は、生食用の歯切れと食味の良い白イボ緑系果系が主流となり、果皮が固く漬物利用が主だった黒イボ半白系品種は姿を消していった。一部の産地ではその後品種改良された生食にも適する半白きゅうりが生産されている。

生産地 葛城市 他 約20a

販売先 スーパー 等

料理法 もみうり、サラダ 等

香りごぼう

金剛・葛城山麓の扇状地では、砂質で排水のよい特徴を活かし、春ごぼうが盛んに栽培されていた。地場野菜への期待の高まりとともに地元生産者が北宇智ゴボウ出荷組合を結成し、香りが良い短根の春ごぼう生産に取り組んでいる。

生産地 五條市 約10a

販売先 スーパー 等

料理法 きんぴら、天ぷら 等

朝採り野菜

気温の下がっている朝に収穫することで収穫後の呼吸による養分等の消耗が少なくみずみずしさが保持される。奈良では、都市近郊の立地条件を活かし、朝早くに収穫した野菜を、その日のうちに小売店に販売する取り組みを行っている。

生産地 平坦地域から中山間地域

販売先 スーパー 等

レタス

なす

きゅうり

大和野菜旬カレンダー

品 目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
大和まな												
千筋みずな												
結崎ネブカ												
大和きくな												
下北春まな												
軟白ずいき												
花みようが												
ひもとうがらし												
紫とうがらし												
大和三尺きゅうり												
黄金まくわ												
大和丸なす												
宇陀金ごぼう												
祝だいこん												
小しょうが												
片平あかね												
筒井れんこん												
大和いも												
味間いも												
黒滝白きゅうり												
大和ふとねぎ												
大和寒熟ほうれん草												
半白きゅうり												
香りごぼう												
朝採りレタス												
朝採りなす												
朝採りきゅうり												

出回り期 出回り最盛期

大和野菜とは…奈良県の特産品として特徴をアピールできる大和の伝統野菜と大和のこだわり野菜

大和の伝統野菜…戦前から奈良県内で生産が確認されている品目。地域の歴史・文化を受け継いだ独特の栽培方法等により「味、香り、形態、来歴」などに特徴を持つもの

大和のこだわり野菜…栽培や収穫出荷に手間をかけて栄養やおいしさを増した野菜や本県オリジナルの野菜など

奈良県食と農の振興部農業水産振興課

TEL 0742-27-7443

http://www.pref.nara.jp/yamato_yasai/ (大和野菜公式サイト)



2022.3

