

華



山口県生まれの“はなっこりー”。
どんな料理にも合う、スグレもの!
“はな”まで食べて、美味しいよ!!

旬



はなっこりー

ブロッコリー? それとも菜の花?
山口県で生まれたオリジナル野菜の魅力に迫る!

生 まれも育ちも山口県とい
う「はなっこりー」はブロ
ッコーリーと中国野菜のサイシン、
ふたつの野菜から生まれた山
口県のオリジナル野菜。

花 も茎も葉っぱも食べられる
のが特徴で、ブロッコリー
に負けず劣らず、ビタミンCが
たっぷり。調理方法も「さ
とゆでるだけ」と手軽で簡単。
気になるお味は、「甘みがあ
る」「くせがな」と、野菜が苦手
なお子さんにも好評とのこと。
サラダにしたり、ベーコンと炒
めたり、シチューに加えたりか
き揚げにしたり...和、洋、中、
なんのジャンルの料理にもマッチ
するよ。

寒 さが本格的になるこれか
らの時期、毎日の食卓を解
やかに彩ってくれそうなのが野菜
それが「はなっこりー」だ!

は なっこりーの主産地は山
口市・下関市・宇部市、阿知
須町・二隔町など。栽培は県内
各地に拡大中。

収 穫は、中山間地域で盆頃か
ら始まり、秋が最も収穫量
が多く翌年の4月始めまで続く。
冬場は温暖な県南部で生産さ
れる。

ポ 取材で訪れた農場で、さっそ
く収穫を手伝ったこと。
キボキ折れてカキタンに摘
めるんですね。生のま
まかじってみると、「ブロッコリー
と似た歯ざわりと甘み、クセのな
い味が特徴だ」とのこと。な
あ、念ほど納得!



まず最初にできた頂花は取り除く、そうするとわき芽
が大きくなり、1株から20〜30本の花茎が収穫できる。
8月〜10月までに定植、10月〜4月くらいまで収穫する。



花も茎も葉っぱも全部食べることができる新しい野菜として注目度が高い、最近
ではテレビなどにも取り上げられる機会も増え、全国区の食材になりつつある。

美味

