

こどもしょくいく しんぶん



新・第30号

令和5年9月 食と花の推進課 発行

みんなは「菊」を食べたことはあるかな？新潟では「かきのもと」という、食べられる菊（食用菊）が作られていて、秋になるとおひたしにして食べられているよ。菊を食べる習慣があるのは、新潟などの一部の地域だけで、日本全国で食べられているわけではないよ。新潟で作られている「かきのもと」を探してみよう！

にいがた

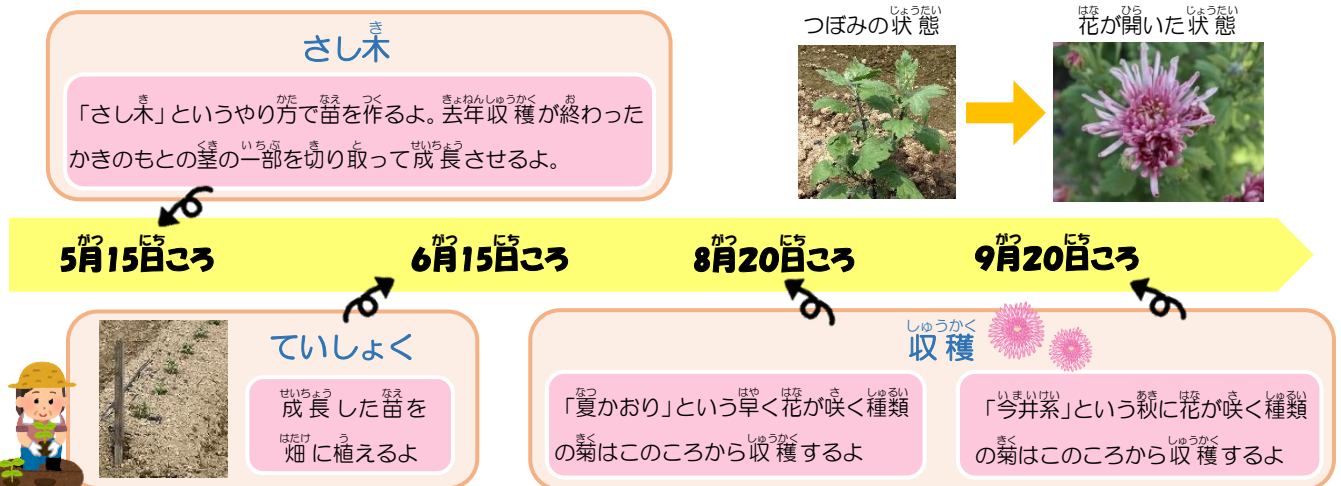
新潟はかきのもとがたくさん作られている！

新潟県内で作られている「かきのもと」のほとんどが、南区の白根地区で育てられているよ。南区の「しろねかきのもと部会」というグループには、25人の農家さんが入っていて、このグループだけで1年間に約43トンのかきのもとを出荷しているんだって。これは、新潟県内で売られているかきもとの8割（80パーセント）以上の量なんだ。



かきのもとはどうやって育てるの？

「かきのもと」はなんと、約400年前の江戸時代から食べられていたと言われているよ。昔は、農家の庭先で栽培されていた「かきのもと」。その後、だんだんと栽培が広がっていったよ。今はどのように「かきのもと」を育てているのだろう？



なが あいだあじ かきのもととは長い間 味わえる！

「かきのもと」の花が開くと収穫が始まるよ。

「かきのもと」がお店で売られるのは、8月中旬ごろから12月中旬ごろ。でも、どうしてそんなに長い間、お店に並べることができるんだろう？

その理由は2つあるよ。

一つ目は、「かきのもと」には、いくつか種類があって、種類によって収穫する時期が違うから。

二つ目は、農家さんがシートをかけて、収穫する時期を調節しているから。「かきのもと」は、日の光が当たる時間が短くなると、『秋がきたから花を咲かせなくちゃ！』と違って、早くつぼみをつけて、花を咲かせるよ。同じ種類の「かきのもと」でも、花の咲く時期をずらすことで、一度にまとめて収穫するのではなく、少しずつ収穫できるから、長い間お店で売ることができるんだ。

しゅうかくじき 収穫時期のかきのもと



収穫は朝6時から10時くらいの間に行うよ。

がくの部分をやさしくつかみ、手作業で収穫するよ。

かきのもと畑の様子



シートをかけたかきのもと



かきのもとをおいしくいただく！

農家さんにかきのもとのおいしい食べ方をきいてみたよ！

しろねかきのもと部会 会長の長井さんは、『食べるどくとくあじ独特の味わいのある「かきのもと」。おひたしにするのが一番。シャキシャキした食感で、子どもでもおいしく食べられるよ。』と話していたよ。

かきのもとのおひたし



きゅうしょく給食にかきのもとが出たら、みんなもおいしく味わってみてね！



※これまでのこども食育新聞は、新潟市のホームページから見る事ができるよ！
読んでみたい人は、インターネットから「新潟市食育新聞」で調べてみてね！

