

# はたけのお花見



萬谷 利久子 (ばんや りくこ)

シニア野菜ソムリエ・6次産業化プランナー

2004年に日本野菜ソムリエ協会認定の野菜ソムリエとなり、09年北海道で4人目となる「シニア野菜ソムリエ」を取得。11年から日本野菜ソムリエ協会の「コミュニケーション講座」の講師となる。農産物のイメージコーディネーターとしてブランディングやPRに参加。JA研修会・セミナーなどの講師を務める。STVラジオ「スーパースクランブル」内「ほっかいどう野菜通信」で産地や生産者の情報をレポート。AIR-G (FM北海道)「アクション」内では、食クラスターをテーマにしたコーナー「北海道クオリティ」を担当。北海道発の商品を発信、開発者のインタビューも行っている。11年から農林水産省の6次産業化プランナーとなり、生産者と商品開発を行う。農家の明るい相談員として活動するのがライフワーク。

## 亜麻の畑には可憐なブルーの花が

7月は畑のお花見シーズン！サクラのお花見もいいが、一面に広がる畑の花たちも、わざわざ見に行く価値がある。

当別町では亜麻の花が見ごろを迎えた。可憐なブルーの花の写真を撮りに、早朝から多くのカメラマンが訪れる。日の出とともに咲く亜麻の花は、朝5時ごろが一番美しいという。

40年前、当別には繊維工場があり、繊維を作るために亜麻が栽培されていた歴史がある。今は、健康志向の方が好んで使う「亜麻仁油」を亜麻の実から絞って作っている。この「亜麻仁油」は、オメガ3脂肪酸が多いため、ダイエットや生活習慣予防に良いと期待が高まっている。市販されている亜麻仁油はほとんどが輸入品のため、道産の「亜麻仁油」が手軽に手に入るようになればとてもうれしい。世界的に見ても「亜麻仁油」は亜寒帯地域で作られるため、北海道に向いているそうだ。今後、北海道の特産として成長していく農産物だと思う。

ちなみに私の特製ドレッシングは、「亜麻仁油」にめんつゆを少量、それにホワイトバルサミコ酢を加えて作る。和食にも洋食にも合うヘルシーなドレッシングになるのでお試しあれ！

## 好きな野菜の花は何？

私の一番好きな野菜の花は「オクラ」である。クリーム色の花びらで、花の中心が紫色をしている。この2色の配色が、デザインとして美しい。この花見たさに、家庭菜園で毎年栽培している。

まわりの友人たちに好きな野菜の花を聞いてみた。すると様々な答えが返ってきた。小さな小さなセロリの花、ポワポワしたニンジン<sup>りん</sup>の花、凜とした春菊の花が好きだという人もいる。中にはキュウリの花の香りが好きという人もいた。100種類もの野菜を栽培している生産者の方に一番好きな野菜の花を聞いてみる



亜麻畑

と、十字型をしたルッコラの花だという。それぞれの答えには、選んだ人のファッションや生き方、その人らしさがにじみ出る！野菜の花の好みを聞いてみるのは、なかなか奥深いものだ。

ちなみに私の好きなオクラの花の花言葉は「恋の病」。しばらくかかっているのだからちょっと照れてしまう…。

### 玉ねぎの花の味は？

以前、畑で食べて驚いたのがタマネギの花だ。栗山町の中島農園の畑で食べさせて頂いた。

7月半ばから下旬、「ぼんぼり」のようなまあるいネギ坊主ができる。ネギ坊主は、たくさんの小さな花の集合体で、品種によって大きさが違う。花をつまんでかじると、しっかりとタマネギの風味がして驚く。ミツバチのお手伝いにより上手く受粉すれば、一つの花から半月状のタネが6粒できる。はかなげな小さな花から立派なタネが取れることに作物の強さを感じると中島さんは言う。

### 野菜の花ブームがくる？！

今後、野菜の花のブームが来るのでは？とおっしゃるのは、千歳市の松浦農園さん。去年まで売れなかった大根の花が、今年札幌市内のシェフたちに使われ始めたんだそう。白い花を食べると大根らしい味がしておいしい！生産者の方にとっては、低温で発芽した際に花が咲いてしまうマイナスなイメージがつきまとうが、見た目の可憐さと味の良さから注目が集まりつつあるようだ。松浦さんも時々作業中につまんで食べているとか…。

畑の前の直売所には、そんな野菜の花たちが並ぶ。オレンジ色のズッキーニの花は、お客さんの注目の的だ。ただ食べ方がわからないために買う勇気のある人は少ないそうである。ズッキーニの花は、開く直前につぼみを摘み取り、中のめしべを取って詰め物をするのが秀逸な食べ方だ。中にモッツアレラチーズとアン

チョビを詰めて揚げたフリットは、花がパリッと香ばしくて甘く、かじると中からチーズが溶け出し、たまらないおいしさなのである。

ズッキーニの花の命は短く、摘んでから24時間といわれる。スーパーに並ぶことのない花だけに、直売所で見つけたらラッキーとしか言いようがない。

円山の日本料理のお店では、この時期キュウリの酢の物にキュウリの花を乗せて一緒にふるまう。グリーンと黄色の色合いが涼やかで華やか！特別な酢の物になる。今後、野菜の花を使いたい料理人は増えるだろうとおっしゃっていた。

### 野菜の花でピクニック！

十勝で食育ツアーを企画されている「いただきますカンパニー」の井口芙美子さんは、できた野菜を収穫するだけでなく、子供たちに途中経過を見せたいと野菜の花を見るピクニックツアーを行っている。

羊蹄山をバックにしたニセコのじゃがいも畑も素晴らしいが、防風林をバックに果てしなく広がる十勝のじゃがいも畑は、いつ見ても圧巻だ。井口さんの「じゃがいもの花ピクニック」は、親子で花をながめながら農園で揚げたてのポテトを食べる。この楽しい体験で野菜に対する興味がぐんと増す子供が多いそうだ。

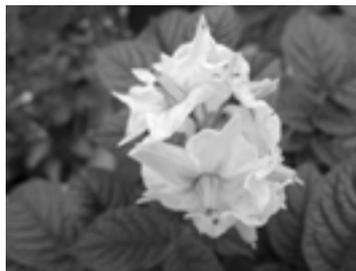
子供だけでなくお母さんも、「こんなに近くでじゃがいもの花を見たことがなかった」と喜ぶ人も多く、麦わら帽子に花を挿し、童心に帰るそうだ。

春には「菜の花ピクニック」も行っている。黄色い花畑の真ん中で菜の花の天ぶらを頂くのだそう。おやつタイムには、十勝産の黒豆茶を頂きながら、菜の花クッキーを食べる。まさに旬にしかできない贅沢なピクニックである。

知られざるおいしさを持つ畑の花の味をミツバチだけに独占させておくのはもったいない！秘かに食べて楽しもう！



キュウリ



じゃがいも