



2014

江戸東京野菜

# のらぼう菜市

in 三鷹緑化センター

【三鷹産】のらぼう菜と加工品販売

日時:3月30日(日)9時~12時 / 場所:JA東京むさし三鷹緑化センター

## のらぼう菜とは

トウ立ちを折り取って収穫するアブラナ科の野菜。江戸時代より西多摩方面(あきる野市五日市付近)で栽培され続けています。柔らかく、ほのかに甘味もあり、苦味やクセもなく、ゴマ和え、おひたし、味噌汁の具などによく合い、また炒めてマヨネーズをつけても美味しく食べられます。

五日市では天明の大飢饉(一七八二年~一七八八年、天保の大飢饉(一八三三年~一八三九年)の際のらぼう菜の普及により、人々を飢餓から救ったという言い伝えがあります。現在、東京の伝統野菜「江戸東京野菜」の一つとなっていて、今後ブランド化が期待できます。

## なぜ三鷹でのらぼう菜?

三月、四月は「端境期」で、この時期に収穫できる有用作物を探していたところ、ちょうどこのらぼう菜が当てはまり、注目してみることになりました。

そんな中、本場の五日市で優良品種を栽培している「のらぼう名人」と知り合うことができ、タネを分けていただくことができました。この品種は



三鷹江戸東京野菜研究会



オリジナルシール

甘味があり、太い花茎を長めに収穫しても柔らかいのが特徴。この五日市より分家したのらぼう菜を三鷹の特産にしたいと若手生産者十一人を中心に「三鷹江戸東京野菜研究会」を立ち上げのらぼう菜を中心に栽培、普及活動に努めています。また、差別化を図る為に出荷規格を統一し、オリジナルシールを貼付しています。今後は青果物以外の普及方法も研究し、特産品として広めていきたい、そして、のらぼう菜の花畑が三鷹の春の風物詩の一つになったらいいなと願っています。

是非若手生産者が熱い思いで育てたのらぼう菜を宜しくお願いたします。