

江戸東京野菜の魅力を、  
飲食店事業者、市場関係者にご理解いただくために、  
圃場見学と収穫体験、江戸東京野菜の基本についての座学、  
江戸東京野菜の食べ比べと試食をしていただく企画です。



#### 〈本日のスケジュール〉

JA東京アグリパーク前にて集合

バスで清水氏圃場へ

圃場見学と収穫体験 講師：清水丈雄氏

JA東京第2ビル(立川市)へ移動

「江戸東京野菜には物語がある」講師：大竹道茂氏

江戸東京野菜の食べ比べと試食、  
この日のために作ってもらうお弁当で昼食

バスで新宿へ

JA東京アグリパーク前で解散 (14:30予定)

見る 獲る

知る

食べる

#### 講師紹介

清水 丈雄 氏

江戸東京野菜の寺島ナスをはじめ毎年7種類のナスを生産しているナスのエキスパート。品質へのこだわりにも徹底され寺島ナスは袋詰めではなく丁寧に揃えてバック詰めされている。



江戸東京野菜は秋冬には金町コカブや亀戸ダイコンなども生産している。

#### 講師紹介

大竹 道茂 氏

江戸東京・伝統野菜研究会代表  
農林水産省選定「地産地消の仕事人」



JA東京中央会で平成元年より江戸東京野菜の復活に取り組み、現在では講演や小学校での食育活動などの普及活動を行っている。著書に江戸東京野菜(物語篇)など多数。

## 特製弁当

※メニュー変更の可能性あり

- 寺島ナスと白身魚の姿揚げ
- ローストポークと寺島ナスのジャム
- 2色ナスの肉巻き
- 白ナスのマリネ
- サラダナスときゅうり、ミョウガのサラダ
- ビーツと赤たまねぎのサラダ
- 夏野菜のフリッタータ
- 米ナスのドリア
- かぼちゃ焼プリン

## 試食で召しあがっていただく江戸東京野菜料理

- 寺島ナスと千両ナスの揚げびたし食べ比べ
- 寺島ナスの冷たい味噌汁
- 寺島ナスとひよこ豆のディップ

弁当料理：バリタリー 江頭みのぶ(東京都小金井市)  
試食調理：NPO法人江戸東京野菜コンシェルジュ協会 上原恭子  
江戸東京野菜コンシェルジュ 若林牧子

旬は7月初旬～9月下旬



てらじまなす

## 寺島ナス(蔓細千成ナス)

『新編武蔵風土記稿』には「東・西葛西領中にて作るもの。他の産に比すれば最も早し。よりにて形は小さいなれど、早生なすと呼び賞美す」とある。

分類：ナス科ナス属

原産地：インド東部

栽培：3月にタネまきし苗を育て  
5月連休頃に定植して育てる。

出荷時期：7月～9月

大きさ：8cm～10cm

## 旬が魅力!の江戸東京野菜とは?

江戸東京野菜とは種苗の大半が自家採種または近隣の種苗商により確保されていた江戸から昭和中期(40年代)までの野菜、いわゆる固定種の野菜です。それぞれに物語があり、味や形など個性豊かで魅力あふれる江戸東京野菜は東京の伝統野菜として注目を集めており50種類がJA東京中央会により認定されています。(2019年8月現在)