

# 難波葱

原産地：大阪市

生産地：大阪市、松原市  
河内長野市、富田林市  
河南町等

販売時期：11月～3月

◎由来

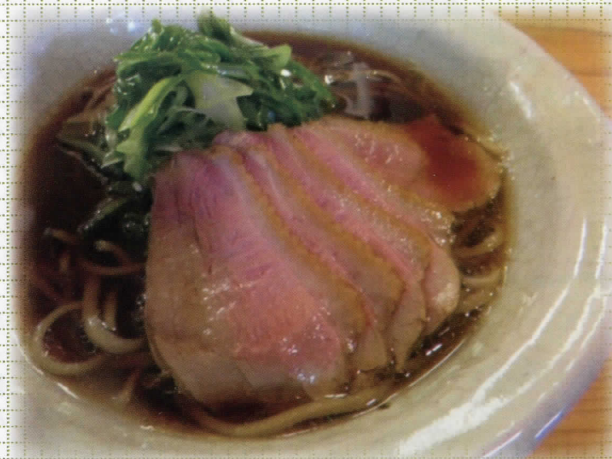
平成29年4月、「なにわの伝統野菜」(※)に、9年ぶりの新品目として「難波葱」が加わりました。

南海電鉄の社史によると、明治時代には、現在の南海難波駅周辺でねぎ畑が広がっていたとされており、鴨とねぎが入ったうどんを「鴨なんぼ」と呼ぶのは難波葱に由来していると言われています。

また難波葱が京都の深草地区に伝わり、その後九条地区で栽培されたのが有名になり、九条葱と呼ばれるようになったとされており、九条葱の祖先であるとの言い伝えもあります。

◎特徴

葉の繊維が柔らかく、強いぬめりと香り、濃厚な甘みが特徴。とくに冬場(1～3月)が旬で、葉の内側に透明なゼリー状のぬめりが溜まり、葉の切り口からとろりと流れ出すほどになります。



※なにわの伝統野菜とは

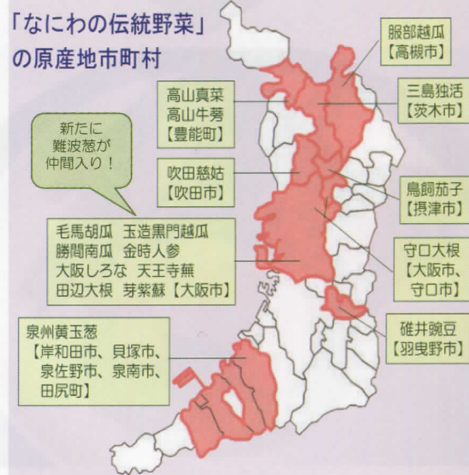
なにわの伝統野菜の基準

- ① 概ね100年前から大阪府内で栽培されてきた野菜
- ② 苗、種子等の来歴が明らかで、大阪独自の品目、品種であり、栽培に供する苗、種子等確保が可能な野菜
- ③ 府内で生産されている野菜



大阪府 認証

「なにわの伝統野菜」の原産地市町村



# 難波葱のかんたん!おいしい!創作レシピ



## 難波葱の和風ピザ



### 材料(24cm1台分)

難波葱 150g  
ピザ用チーズ 120g

### <肉そぼろ>

豚ひき肉 250g  
酒 大さじ1  
A・・・砂糖:大さじ1  
醤油:大さじ1・5  
片栗粉:小さじ1  
全部を合わせておく

### <生地>

トルティーヤ(24cm) 2枚  
ピザ用チーズ 30g  
オリーブオイル 大さじ1

### <作り方>

①フライパンに油(分量外)を引き豚ひき肉と酒を入れダマにならないよう混ぜながら炒める。

Aを加え更に炒め、余分な水分が飛んだら火を止め器に取り出して粗熱を取る。

②トルティーヤ2枚の間にピザ用チーズを全体に散らして挟み、生地を作る。クッキングシートに乗せ表面にオリーブオイルを塗り、①、小口に切った難波葱(トッピング用に少量残しておく)、ピザ用チーズの順に各々生地全体に乗せグリルで焼く。(280度・8分)

③お皿に取り、②で残した難波葱を散らしていただく。

## 難波葱の手作りがんも

### 材料(6個分)

難波葱 80g  
木綿豆腐 1丁(約400g)  
揚げ油 適量  
A・・・卵:1個 胡麻:大さじ1  
乾し椎茸:小1枚(細かく砕く)  
塩:小さじ1/2  
片栗粉:大さじ2

### <作り方>

①木綿豆腐はキッチンペーパーに包んで耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジで加熱する。荒熱が取れたら余分な水分を絞ってボウルに取る。

②難波葱は約1cmの小口切り、ひげ根は3cm程度に切ってAと一緒に①と混ぜ合わせる。6等分に丸めて170度に熱した油でこんがり揚げる。



## 鶏胸肉のコンフィ ～難波葱のソース添え～

### 材料(4人分)

<難波葱のソース>  
難波葱 50g  
A・・・出汁:100cc  
白味噌:小さじ2  
乾しアミ海老:小さじ1  
塩:小さじ1/4  
オリーブオイル:大さじ1

### <鶏胸肉のコンフィ>

鶏胸肉 1枚(約300g)  
B・・・塩:小さじ1/4  
オリーブオイル:大さじ1  
胡椒:適量

### <温野菜>

C・・・蕪、サツマイモ 各8切れ  
蓮根 各4切れ

### <生野菜>

D・・・ベビーリーフ、ミニトマト  
人参 各適量

### <作り方>

①鶏胸肉は皮と余分な脂を取り除き、厚さが均等になるよう切り目を入れ3～4等分にしてジッパー付き保存袋に入れる。

Bを加えしっかり揉み込み空気を抜いて口を閉じる。土鍋等に85度のお湯をかぶるくらい注ぎ、保温モードで1時間待つ。

②熱したフライパンに油(分量外)を引き3cm位に切った難波葱を炒めAと一緒にミキサーにかけ、ソースを作る。

③フライパンにCを並べ少量の水を入れ、蓋をして3～5分蒸し焼きにする。Dは好みの大きさに切っておく。

④お皿に②を薄く敷いた上に、食べやすい大きさに切った①と③を彩り良く盛り付ける。  
好みでレモン(分量外)を添える。

