

Report

5

江戸東京野菜の魅力とは

最後に、「江戸東京野菜の魅力」について話してもらいました。その想いを受けて、駒場学園生にレシピを考えてもらうためでもあります。

「伝統野菜は本来の味と香りが楽しめます。多くの野菜が苦みやえぐみを消して甘い味に改良されているけれど、江戸東京野菜は、味をいじらないで育ててきているものなので、大量生産の野菜では味わえない味があります。それを「おいしい」と言ってもらえたらすごく嬉しい、それによって、伝統野菜が広まってくれたらと思っています。」



まとめ知識

代表的な「江戸東京野菜」



寺島茄子

かつて寺島と呼ばれていた墨田区東向島周辺で栽培されていた「寺島なす」は、光沢のある黒紫色の鶏卵大の実と、なす特有の強い香りが特徴。皮がやや厚めなので、天ぷらや炒め物など油料理に合う茄子です。



砂付三寸人参

江戸時代に砂村と言われた江東区北砂・東砂・南砂周辺で栽培されていた約10cm(三寸)の小さなニンジン。香りがよくやわらかいので、煮物や生食に、「馬込三寸人参」とともに江戸東京野菜として知られています。

そのおいしさに感動した八代将軍徳川吉宗が地名・小松川(江戸川区)にちなんで「小松菜」と命名。一般的な小松菜は青梗菜(ちんげんさい)との掛け合わせで日持ちしますが伝統小松菜は軸がしゃきっとして葉色も淡く、繊細な食感が特徴。



伝統小松菜

世田谷区大蔵周辺で栽培されていた「尻つまり(しっぽまで身が丸くつまっているもの)系」の大根で煮物によく合う。50センチと大きく、一般に流通はしていませんが、世田谷区の直売所などで購入することができます。



大蔵大根



馬込半白胡瓜

大田区馬込特産の下半分が白く、節ごとに次々と雌花が咲いて実がなる「節なり」という種類の胡瓜です。皮はかため、中身はやや水分が少ない食感。普通の胡瓜にくらべてやわらかく、ぬか漬けに最適。