

土からキッチン～松山さん農園3回目の訪問

2021年10月5日

土からキッチン農家訪問、今回は松山さんの農園にお伺いしました！

私の大好きな「アレッタ」や「プチベール」の植え付けが終わったようなので見せていただきたくて伺いました。

今までの畑とは違う場所に案内していただき、早速迎えてくれたのは「プチベール」「アレッタ」「茎ブロッコリー」🥦 まだまだ大きくなって収穫は11月後半～12月に開始なんだそうです。写真を順番に並べてみましたが、こうしてみると育つ前から葉っぱの違いかわかりますよね！



「プチベール」は芽キャベツとケールから誕生したアブラナ科の野菜です。葉っぱがレースのようにチリチリとしているのが特徴ですね。栄養価も高く、甘みのある野菜です。



こちらが茎の部分。この葉っぱの出ている茎のところに出来るので1個1個手作業で収穫するので、株間も通路も広くとってあるそうです。座り込んでの作業なのでとても大変で、作るのを嫌う農家さんも多いのだそう😓 農薬を使わず育てるので、虫との闘いだともおっしゃっていました。安全安心のお野菜には農家さんの努力がたくさん詰まっていますね。

そして私の大好きな「アレッタ」!!!畑に植わっているのを見たかったので感激です🥰



美味しい野菜は虫も大好物「アレッタ」は三重県で生まれた野菜。ブロッコリーとケールを掛け合わせた野菜で栄養価がとても高い野菜です。3種の苗を比べても「アレッタ」が一番色濃く葉っぱもケールのようなしっかりした葉っぱです。甘み、風味、味が抜群に美味しいです。今年も色々な料理に使いたいと思っていますが、やっぱりソテーして塩こしょうで食べるのが最高だと思っています！

「茎ブロッコリー」。こちらはブロッコリーと中国野菜の「カイラン菜」という野菜を掛け合わせた野菜です。茎がアスパラのように長く先がブロッコリーのような花蕾がつけます。こちらもアブラナ科です。甘みもあり、ブロッコリーより食べやすいかもしれませんね。

そしてその隣に移ると、松山さんが今挑戦しているお野菜が!!!



見にくい写真ですいません。これは野菜が育つ段階で、支柱に沿わせて垂直に葉っぱをひもで縛っていく栽培法なんだそうです。無肥料で育てるそうですが、虫対策にもなり成功すればよい野菜が収穫できるそうです。初めての試みらしいですが、松山さんの「やってみよう！」と思われるチャレンジ精神が素敵だな～と感じます。成功を心から祈ります🙏

そして、いつも伺っている畑には、きゅうりの後はインゲン豆が可愛い花を咲かせていました。



秋から冬にかけて、また美味しい野菜がたくさん育ってくるので楽しみです。

地産地消！みなさんがお住まいの地域にも美味しいお野菜がたくさんあると思いますので、たくさんお野菜食べて腸内環境を整えましょう🥰