



引用・参考文献

- 共著 大井美知男、神野幸洋 (2002年)「からい大根とあまい蕪のものがたり」
株式会社長野日報社
- 著 西村照幸(羽広菜生産加工組合) (2000年)「地域資源活用 食品加工総覧
第10巻素材編」 社団法人農山漁村文化協会

【発行日】 平成27年3月発行

【発行者】 『上伊那！食べたい』提案隊(事務局 長野県上伊那地方事務所農政課内)
〒396-8666
長野県伊那市荒井3497(長野県伊那合同庁舎内)
TEL:0265-78-2111(代表) FAX.0265-78-9349



いーな上伊那！ おいしい信州ふーど(風土)物語

～伝統野菜編～

羽広菜



撮影:向山 世男 写真提供:JA上伊那

ようこそ、伝統野菜「羽広菜」の物語へ

上伊那地域には、県が認定する唯一の伝統野菜「羽広菜」があります。江戸時代から作られてきた伝統野菜「羽広菜」の種の保存と、また、伝統の漬け物加工「かぶ漬け」を季節限定商品として復活させました。

羽広菜とともに23年

古くからこの地域で栽培されていた「羽広菜」も、時代の変化とともに減少の道をたどっていました。

伝承されている野菜と漬物を守り育てていかなければ平成4年に羽広菜生産加工組合を立ち上げ、信州の伝統野菜伝承地栽培認定を受けました。このように周りの皆さんの指導・支援をいただきながら今日に至っています。

組合では、農地を借り受け種まきから収穫・加工まですべて共同で身体を動かしながら作業を行っているため、親睦の場としても効果があるのではないのでしょうか。

伝統野菜とその加工品に興味を持っている皆さんに仲間に加わっていただき、「羽広菜」の生産・加工を続けていかなければならないと考えています。そのなかから新しい味も生み出してみたいものです。



羽広菜生産加工組合
組合長 西村照幸



羽広菜かぶ漬を
使ったパンは
美味しいよ!

みはらしファーム「麦の家」にて

羽広菜ってどんな野菜?

羽広菜は県が認定(※)する上伊那地域唯一の伝統野菜。伊那市羽広地方に古くから栽培されており「羽広菜」といいます。

羽広菜は、かつては「野沢菜」、「稲核菜」とともに長野県の三大漬け菜の一つとされ、伊那谷を中心に広く栽培されていました。葉はびわ形で葉縁のギザギザが強く、葉柄の基部から葉(葉身)がついているのが特徴です。地下部(かぶ)は肩がふくらんだ円錐形で、根長5~10cmで、上部が赤紫色で、下部に向かって薄いピンクから白に近い淡い色となり、比較的大きく肥大し、肉質は軟かいのが特徴です。

本来の羽広菜のかぶは、丸みの強い形状ですが近年の復活の過程で、加工しやすい形に選抜されました。



【※信州伝統野菜認定制度とは】

長野県では、信州の伝統野菜の保存と継承を図るために、平成19年から認定制度を創設しました。伝統野菜の「選定」と「伝承地栽培認定」の2種類あり、「選定」は、長野県内で栽培されている野菜のうち、「来歴」、「食文化」、「品種特性」の3つの項目について一定の基準を満たしたものが「信州の伝統野菜」として選定されます。

「伝承地栽培認定」は選定された伝統野菜のうち、食文化を支える行事食・郷土食が伝承されてきた地域で継続的に栽培されている伝統野菜および一定の基準を満たした生産者グループ(生産者組織、農協、市町村等)に対して知事が認定します。

羽広菜の栽培暦

- 伊那市羽広地区の標高870m~880mで栽培
- 播種時期/9月上旬
- 収穫時期/10月下旬~12月中旬
- 用途/漬物用
- 加工品/羽広菜のかぶ漬、羽広菜カブ浅漬
- 販売時期/11月下旬から3月末まで

羽広菜の来歴

江戸時代から栽培されていた?

原産は、伊那市西箕輪地区羽広の仲仙寺(羽広観音)の庭とも言われています。起源はかなり古く、江戸時代には、羽広菜の種子を戸板の上に並べて売っていたという古文書の記述が残っています。

また、地元の仲仙寺の僧が中国に渡った折に、種子を持ち帰ったという言い伝えがあります。葉部は浅漬けなどの漬物に、根部は昔から伝承の酒粕と味噌を使ったこの地方独特の漬物として古くから多くの家庭で作られてきました。



畑の写真

羽広菜生産加工組合の設立と羽広菜の復活

上伊那農業改良普及センターの記録によれば、平成3年に開催された「ふるさとの味セミナー」において、故市川健夫さん(地理学者、信州学の提唱者)が「羽広菜は地域の食文化の宝物ですよ」と述べたことが復活のきっかけになっています。

あまりにも身近で、しかも主食にはなり得ないような在来野菜。この種採りを先祖からの継承で当たり前のようにやっていただけの人々に、故市川氏は文化的観点から地域おこしの動機付けをおこないました。

野沢菜の普及により昭和50年頃から羽広菜の生産が衰退していましたが、これを機に羽広菜の種の保存と漬物加工の伝統を守ろうと、地元住民の熱い思いで平成4年に「羽広菜生産加工組合」が設立されました。



収穫作業

組合は、羽広菜の採種、栽培、加工、販売を行っています。これにより羽広区内での栽培が維持され、再び地区外への広がりを見せています。

羽広区では、およそ80戸が約2haを栽培していて、このうち生産農家は約20戸あり、羽広区民の半数が自家用に栽培しています。



羽広菜の選抜と共同栽培

平成8年頃から、信州大学農学部と上伊那農業改良普及センターの協力により、品種改良の努力がなされ、平成12年頃には形質のばらつきが少ない優良な固定種が作り上げられました。翌13年からは実用的に栽培が開始されました。

羽広菜の栽培は、組合員の圃場で採種、播種、除草、収穫など共同作業で行っています。収穫の際に形状の悪いものや病害虫に侵されているものは廃棄し、良いものだけを選別しています。



伝統の漬物加工

平成4年にJA上伊那から借用した施設で、「羽広菜のかぶ漬」を中心に伝統的漬物の製造・販売が始まりました。製造施設には漬け込んだかぶ漬を置く場所がなく、別の場所の集荷場に運び込み、漬け込みが終わって袋詰め作業になると、再び製造施設へ運び、袋詰め作業を行うことの繰り返しでした。

平成10年にみはらし農業公園みはらしファーム内に農産物加工施設が建設され、そこへ移転したことで作業効率があがり、組合員の負担も減りました。

20aの畑で収穫された羽広菜のかぶのうち厳選した約4tを翌日のうちに加工しています。加工場に持ち込まれたかぶは洗浄機で泥をきれいに洗った後、適当な大きさに切り、酒粕、味噌、砂糖などを加えて20日から1カ月ほど漬け込みます。この漬け込み作業は12月上旬まで行われます。かぶ漬は30日くらいの熟成期間を必要とするため、より早く、お客様に漬物を味わってもらえるようにと平成9年から羽広菜のカブ浅漬を販売しています。

羽広菜のかぶ漬、羽広菜のカブ浅漬はこの地方だけの季節限定商品として好評を得ています。



漬け込み作業 写真提供:JA上伊那

羽広菜かぶ漬の利用方法

普通にお漬物として食べるほかに、食べやすい大きさに刻んで、サラダにあえても美味しいです。

また、サンドイッチの具として、マヨネーズと和えてレタスと挟んで食べても美味しいです。

みはらしファームにある手作りパン工房「麦の家」で、12月から1月の期間限定でかぶ漬を使ったパンを販売しています。



写真はイメージです

店舗名	住所	電話
みはらしファーム「麦の家」	伊那市西箕輪羽広3415	0265-74-1833

◎羽広菜かぶ漬の販売店リスト

(市外局番 0265)

店舗名	住所	電話
伊那市みはらしファーム内「とれたて市場」	伊那市西箕輪羽広3416-1	74-1805
伊那バスターミナル売店	伊那市西町4870	78-0007
ベルシャイン伊那店	伊那市日影435-1	76-2111
ベルシャイン伊北店	箕輪町中箕輪3011-1	79-2211
ベルシャイン箕輪店	箕輪町三日町933-1	98-8111
食彩館 双葉食彩館	伊那市御園55	72-2780
食彩館 通り町食彩館	伊那市荒井6	76-0376
食彩館 信大前食彩館	南箕輪村三本木8304-158	73-2166



商品名/羽広菜のかぶ粕漬
 原材料名/かぶ、酒粕、塩、味噌、砂糖
 原料原産地名/伊那市
 内容量/250g
 賞味期限/60日
 保存方法/冷蔵保存10℃以下
 製造者/上伊那農業協同組合
 羽広菜生産加工組合