なめがたを食べよう

ながいも

vol.60

今回ご紹介するながいもは、やまといもとながいもを掛け合わせた「ネバリスター」という品種です。茨城県内での生産者は4人で、市内では2人が生産に携わっています。そのうちの1人、このながいもを作り始めて3年目という玉造地区の金澤正純さんを訪ねてお話を伺いました。

「妻と2人でこのながいもを作っています。『ネバリスター』は、普通のながいもと比べると約2倍の粘りの強さがあるのが特長です。小ぶりですが味は濃厚でクセがなく、なめらかな舌触りを楽しめます。これまでうちでは、30年近く普通のながいもを生産してきました。直売所向けの野菜を探していたところ、このながいもに出合い、現在はこちらを『観光物産館こいこい』に出荷しています」

濃厚な味わいのながいもです

「粘りが強くておいしいよ!」と金澤正純さん

金澤さんがこの時期（2月上旬）、収穫していたのは、6月上旬に種を植え付けたものです。ながいもは12月から翌年3月くらいが収穫期間で、収穫後は冷蔵庫で保管し、一年を通して出荷しています。冬のこの時期が最もおいしいとされる旬ですが、春先に収穫して秋頃まで「寝かせた」ものは、より甘みが増して、一層味わい深くなります。

芹沢地区の土は「赤土」で、水はけが良く、根菜類の栽培に適しています。金澤さんのこだわりは、堆肥を惜しまず豊富に使うこと。ながいもは密植栽培が適しているので、間隔をあまり空けず植え付けます。収穫はトレンチャーという機械で地中深くまで掘って行うので、けがには万全の注意を払います。

「おすすめの食べ方は、ぜひ、『とろろ』で。素材の味をそのまま味わってほしいですね。粘りの強さがあるので、とろろをスプーンですくって素揚げにしたり、のりを巻いて焼いてもおいしいですよ。ぜひ皆さんにも食べてもらいたいです」と金澤さん。

なめがたの肥沃（ひよく）な台地で育ったながいも。粘りの強さを生かしたいろいろな食べ方が期待できそうです。

収穫作業の様子

おいしく食べよう！チャレンジクッキング

おろしながいもの磯辺焼き

材料（2人分）

ながいも	120g
海苔（5センチ角）	8枚
サラダ油	適量

★しょうゆ・おろしわさびはお好みで

○作り方

①ながいもは、皮をむいてすりおろす。8等分して海苔に載せる。

②フライパンにサラダ油を熱し、ながいもを下にして焦げ目がつくまで中火で焼く。

③②を裏返して、海苔の面も焼き、器に盛り付ける。

※お好みで、しょうゆ・おろしわさびを添えてどうぞ。

【栄養量（全体）】

エネルギー：204kcal　たんぱく質：5.9mg　脂質：12.7mg　塩分：0.1g

◆レシピ提供：玉造農村女性地域社会活性化推進連絡会

市報行方第139号（平成29年3月1日発行）■発行・編集　行方市政策秘書課　〒311-3892　茨城県行方市麻生1561-9　☎（0299）72-0811　Fax（0299）72-2174　■URL　http://www.city.namegata.ibaraki.jp　■E-mail　name-koho@city.namegata.lg.jp