

# 藍住町の特産野菜

## 大根



春だいこん

藍の衰退とともに明治時代の後半から代作として吉野川の下流域でだいこんの作付が始まり、後に藍住（藍園村・住吉村）は、阿波沢庵の全国的な産地となりました。食生活の変更とともに生産量は減少しましたが、現在も旧吉野川南岸地域で色白でキメの細かい青首だいこん（春だいこん）がパイプハウスで栽培されています。



だいこんは、日本の代表的な野菜で作付面積、生産量ともにトップクラスで、一年中出回っています。根の上部は甘く、下部はほどよく辛く、芳香のある葉と捨てることなく全てを食べることができます。収穫しないでおいておくと花芽が伸びて、菜の花によく似た4弁の白い小花が咲きます。



大根の花芽

まもなく、  
花芽が伸び  
白い花を咲  
かせる

藍住町でパイプハウスで作られている春だいこんは、今月から5月下旬頃まで出荷され、甘くてみずみずしい一番おいしい時季を迎えます。

また、少量ですがサラダ向きのミニサイズのカラフルなダイコンも各種生産されています。外皮が赤く中が白い『紅化粧』、外皮が紫で中が紫色の『あじ一番紫』、俵型で上部が緑色の『おむすびだいこん』、赤い小カブのような『ラディッシュ』。学校給食で人気ナンバーワン野菜の『スティックサラダ』、そして外が黒く中が白い『黒丸くん』等の新品种のだいこんが生産されています。



左から

紅化粧

おむすびだいこん

あじ一番紫

大きさは

20 cmぐらい

購入する時は、葉に勢いがあり根の部分がきめ細かく光沢があるずっしりと重い物を選びましょう。保存する場合は、まず葉を切り離しましょう。葉の部分からどんどん水分が蒸発してしまうためです。根の部分はラップをして冷蔵庫に入れておけば1週間ぐらいはみずみずしく使えます。

栄養成分では、根の部分にはビタミンCや消化酵素を多く含む淡色野菜で、葉の部分はカロテン、ビタミンC、カルシウム、食物繊維を多く含む緑黄色野菜です。

だいこんは先端に行くほど辛みが強くなります。辛みが弱くビタミンCが多い上部は、サラダやなます、だいこんおろしに、甘みが強く水分の多い中間の部分はふろふきだいこんや含め煮に、辛みの強い先端部分は、薬味としてのおろしや味噌汁にと部位によって調理法を使い分けましょう。使い切れないときは、千切りにして天日乾燥すると甘味・風味・栄養が強化され長期保存ができます。また、だいこんおろしにして、小パックで冷凍保存しておくと、便利に使えます。