

# 藍住町の特産野菜

## シロウリ

収穫前の  
シロウリ



シロウリは、奈良漬け用のウリとして代表的な品種。完熟すると白くなることからこの名前がつけられています。味は淡泊でしゃきっとしています。

藍住町においてもシロウリは奈良漬けの原料として昭和7年頃から栽培が始まり、町の基幹農作物となりました。土用の暑さの中で、竹竿を手にしてシロウリを収穫する姿は、あちこちの畑でみることができ、藍住の盛夏の風物詩となっていたそうです。栽培の全盛期は昭和50年ころで、本町を中心とする吉野川下流域はシロウリの一大産地となり、当時の県下の生産額は全国第1位でした。昭和50年代から、町ではシロウリに代わる基幹農作物としてニンジンの栽培が盛んになったことや新しい園芸作物などの栽培が増えたことから生産量は大幅に減少しています。しかしながら、奈良漬けの原料として藍住町のシロウリの評価は衰えることはなく、近年でも町の出荷量は、県下第3位です。



シロウリの花

シロウリの原産地は、中国・インドとされ、日本には6世紀後半から7世紀前半のころに伝わったらしく、「古事記」「万葉集」にも

出てくる古代からなじみの深い野菜でした。

主な用途は漬物ですが、炒めたり軽く塩もみしたりして、サラダや酢の物に使ってもおいしいです。ビタミン類などは、あまり多く含まれていませんが、ナトリウムの排出を促すカリウムを含んでおり、低カロリーで注目を浴びています。

町ホームページにレシピを載せていますので、シロウリのさわやかな風味をお楽しみください。