

冬から早春の野菜

11月になり、朝の気温が10℃を下回る日も出てきました。今、畑では夏野菜から冬野菜への衣替えが進行中。これから2月頃までに収穫できる野菜を紹介します。

葉菜類

キャベツ	夏の暑い時期に苗を定植するので、寒冷紗をかけたり、毎日灌水したりと、定植後の管理が大変でしたが、やっと収穫できるようになりました。
縮緬キャベツ	サボイキャベツとも言い、葉にしわが寄っていて、一般的なキャベツに比べ水分が少なく繊維質なキャベツです。煮物など加熱調理に適しています。
黒キャベツ	トスカーナ地方(イタリア)が原産と言われている、結球しない葉キャベツです。カーボロネロとも呼ばれています。
白菜	収穫期をずらすために、早生、中生、晩生の3種類を作っています。
ほうれん草	今まで作っていた品種が廃番となったため、新しい品種5種類を少しづつ作っています。
小松菜・水菜	冬期は、虫の活動が少ないので、食害を受けやすい小松菜や水菜を作りやすい季節です。
わさび菜	ワサビのようなピリッとした辛味のある、からし菜の仲間。
リアスからし菜	切れ込みの入ったミズナ風のからし菜。緑と赤の2種類があります。
ロケット	ゴマのような香りで、味は少しピリッと辛く、苦味もあるハーブです。ルッコラともいわれます。
セルバチカ	ロケット(ルッコラ)と同じようなゴマのような香りがする、苦みや辛みがあるハーブです。香りも味もロケットより強いです。



黒キャベツ



ほうれん草



セルバチカ

ネギ類

太ネギ	土をかけて軟白化した白い部分を食べるネギ。緑の部分はかたいので、火を通した方が食べやすいです。
九条ネギ	葉が柔らかく、緑の部分も薬味などにして生で食べられます。
赤ネギ	普通のネギの白い部分が赤く着色するネギ。



太ネギ

根菜類

ミニだいこん	長さ20cmくらいの使いきりサイズの大根。
赤大根	表皮だけ赤いものと、中まで赤いものの2種類あります。
黒丸大根	表皮が黒く、中は白い丸大根。水分が少なく硬い大根です。
辛味大根	辛味の強い大根。辛味の強さが違う2品種を作っています。
小蕪・赤蕪	収穫適期が短いので、数回に分けて種まきをして、出荷時期が長くなるようにしています。
黄金蕪	外皮、果肉共に黄色い西洋かぶです。小蕪よりも固いですが、甘みもあり、おいしい蕪です。
人参	イノシシに食べられるので、ハウスの中で作っています。
色人参	紫色と黄色の2種類を作っています。
ゴボウ	私たちが作っている大浦太ゴボウは、長さが40~50cmで、直径が10cmほどになるゴボウで、内側が空洞になるのが大きな特徴です。肉質はやわらかく、煮物に向いています。
パースニップ	人参と同じセリ科のヨーロッパ原産の野菜。煮崩れしにくいので、煮込み料理に向いています。人参のような香りがあり、おいしいです。
里芋	石川早生と土垂の2種類。
八つ頭	里芋の一種で、親芋と子芋がくっついているのが特徴です。一般的な里芋に比べると粘り気は少なめで、煮物にするとやわらかくてホクホクとした食感になります。
キクイモ	北アメリカが原産のキク科ヒマワリ属の多年草で、肥大した根の部分を食べます。



いろいろな大根・蕪



キクイモ



ある日の野菜セット