



立教大生企画・編集 第3弾!

雑司ヶ谷ナス 徹底解剖

豊島区には伝統野菜が存在していたことはご存じですか?江戸時代から大正時代にかけて、雑司ヶ谷地区一帯では「雑司ヶ谷ナス」が盛んに栽培されていたのです!!

今回は立教大学廣江ゼミナール4年生に加え、同大学農業経済ゼミの大山ゼミナール3年生で「雑司ヶ谷ナス特集」をつくりました。

江戸東京野菜って? 雑司ヶ谷ナスって?

江戸東京野菜とは、江戸時代から始まる東京の野菜文化を継承されてきた野菜のことです。子どもでも食べやすいように品種改良されている現代の野菜と異なり、野菜本来の味を楽しむことができます。

雑司ヶ谷ナスもそのひとつで、江戸〜大正時代にかけて雑司ヶ谷地区一帯で栽培されていました。市場に出回っているものでは、水ナスという品種に近いです。

- 皮はかたく、味は甘い
- 形は小さめ
- 熱を加えると、トロミが出るのが特徴です。

豊島区といえば、池袋といった大都会のイメージで農業とは無縁...と思いませんか?しかし!かつては農業が盛んに行なわれており、江戸時代には、この雑司ヶ谷ナスは徳川幕府に献上されていたという記録も残っているすごいナスなんです!!



食べ比べ対決!ナス王座決定戦!

4種のナスを生・焼き・揚げで調理。食べ比べてみました!

Entry NO.1 **千両ナス**
普段食べている「あのナス」!!

生 生のナスは...正直食べづらいです...!始めは食べるのが苦しかったけど、雑司ヶ谷ナスはみずみずしくて食べやすかったです!!(美味しかったのは長ナスかな?!)ナスを生で食べたら口の中で大自然を感じますね(苦笑)

Entry NO.2 **賀茂ナス**
京都からの刺客。圧倒的「丸型」。これが吉と出るか凶と出るか

焼 焼いたナスに鰹節をかけて醤油を垂らす!あれ?ナスってこんなに甘いのか?!生で食べた後だと余計に美味しく感じる!!(笑)特に、雑司ヶ谷ナスは焼いても皮がしっかり残って食べごたえあり!他と比べても甘みが強かった!

Entry NO.3 **長ナス**
西日本では大人気。関西の味が豊島区でも通用するのか...?!

揚 揚げてもどのナスも甘い!雑司ヶ谷ナスは揚げても皮がしっかり残る!

Entry NO.4 **雑司ヶ谷ナス**
今回の大本命であり期待のホープ。(私たちが育てたものです!)生で触った感じは、「硬い」!!!

結果発表

重量部門 **賀茂ナス**

1つで250~300グラムほどの重さがあり、見た目は真ん丸でインパクト大!他のナスと比べアタリが強いので、生で食べる際は少し覚悟を...

オールラウンダー部門 **千両ナス**

市場に多く流通しているナスなだけあって、クセがなく、どんな料理にも合います!!

長さ部門 **長ナス**

20cm以上の長〜いナス!!スマートな見た目のカッコよさはピカイチ!食感はやわらかく、おススメの調理法は焼きです!

甘さ部門 **雑司ヶ谷ナス**

ナス本来の味を味わえるのがこの雑司ヶ谷ナス!他のナスと比べて、生でも甘いと感じられます!

※結果は(まほ)記者の独断と偏見で決めています。

支える方たち

希少価値の高いこの雑司ヶ谷ナスを、絶やさず支えていらっしゃる2人の方にお話を聞きました。

江戸東京・伝統野菜研究会 大竹道茂さん

私 たちは江戸東京野菜の普及・復活に取り組んでいます。

品種改良のされていない江戸東京野菜は、野菜本来の味が楽しめるのが特徴です。例えば雑司ヶ谷ナスは、千両ナスよりも硬いのですが、加熱するとトロミが出て、焼きナス・天ぷら・煮浸しに最適です。

現在、雑司ヶ谷ナスは練馬区の6軒の農家でしか生産していない貴重なものです。雑司ヶ谷ナスの歴史は、雑司ヶ谷の大鳥神社境内にある農業説明板に記載されています。ぜひご覧ください。

雑司ヶ谷ナス生産者 野坂亮太さん

江 戸東京野菜の「寺島ナス」(墨田区の江戸東京野菜)

の煮浸しを食べ、そのおいしさに感動。自分でも作ってみたいと「JA東京あおば」に相談したところ、雑司ヶ谷ナスを勧められたのがきっかけです。

雑司ヶ谷ナスは、一般的な千両ナスより甘く、皮が厚いので、煮浸しや素焼きがおすすめです。カレーやトマト煮にしてもおいしいですよ。生産できる量は限られていて、スーパーなどに出回らないので、飲食店とつながりながら食べてもらいたいと考えています。

現在、区近郊の4か所で雑司ヶ谷ナスが購入できます(不定期)

- ・ファーマーズショップにりん草 (板橋区高島平3-12-20) ☎3975-2189
- ・とれたて村石神井 (練馬区石神井町5-11-7) ☎3995-3132
- ・こぐれ村 (練馬区大泉学園町2-12-17) ☎3925-3113
- ・野坂さん宅 無人販売所 (練馬区上石神井1-37-21)

※「雑司ヶ谷」は、現在の「雑司ヶ谷」の旧表記です。

私たちが「雑司ヶ谷ナス」を育ててみました!

現在、雑司ヶ谷ナスは区近郊のわずかな農家の方たちで生産されています。今回「JA東京あおば」さんにご協力頂き、実際に育ててみました。

私たちが苗をいただいた時には、すでに花が咲いていました!通常ですと、苗から花が咲くまでに約1か月半ほどかかるそうです。



6月1日 ナスの花は紫って知ってましたか?



6月6日 ついに実ができました!小さいナスってなんかカワイイ...!!



6月16日 下の方の葉は取り、肥料は絶やさないようにします。



6月20日 収穫!!雑司ヶ谷ナスは割れやすいので早めに収穫します。

「リビエラファーマーズマーケット」に参加!私たちが雑司ヶ谷ナスを販売します!

9月14日(月) 午後3~5時
リビエラ東京(西池袋5-9-5)

「結婚式場リビエラを身近に感じていただきたい。」そんな思いから、リビエラのレストランやカフェで提供している新鮮な旬野菜を地域の皆様に100円で販売しています(一部特別商品特価)。毎月1回定期的に開催。※今回は、生産者の野坂亮太さんから雑司ヶ谷ナスを提供いただき、同時に販売します。



お待ちしております!!



雑司ヶ谷ナスの成長過程や、アレンジレシピはこちらで! <http://www.rikkyo-hiroeseminar2014.jp/project/2015年9月1日号/>