



キャッチフレーズ「せたがやそだち」と大地に生える双葉をモチーフにしたロゴマーク

地産地消でレッククッキング // せたがやの野菜をもっともっと味わおう!

鍋や薬味として欠かせない料理の名脇役「ネギ」。採れたてのネギをサツと焼いてしょうゆで食べれば絶品ひと皿のでき上がり。地場野菜「せたがやそだち」ならではの食の楽しみが味わえます。

取材・文／岩田泰子

ここで買える!

「せたがやそだち」は、黄色いのぼり旗のある農家の軒先や畑の直売所、区内JAの共同直売所で購入できます。



成長に合わせて土寄せをし、白い部分を伸ばしていきます

お話をきいたのは



大谷農園
大谷一彦さん

結婚してから烏山で農業を始めた大谷さん。お義父さんと相談し、栽培記録などをつけて情報交換。日々試行錯誤も楽しみながら「おいしい」と、ほめられる野菜作りに頑張っています。自分が「おいしい」と思う野菜作りがモットー。

年間を通して楽しめるネギ

十国（じゅっこく）、ホワイトスター、冬扇、夏扇、吉川、汐留。これらは、すべてネギの品種。それぞれ、味の違いや個性があります。2月後半～3月に種をまき、7月に定植、小ネギを経て、鍋に最適な太い冬のネギ、年を越して春のやや細めの分けつネギと、ほぼ年間を通じて

ネギを栽培している大谷一彦さん。取材に伺った時には、お正月を控えて冬が旬のネギが見事に育っていました。もともと世田谷の土は「黒ぼく」といわれ、保肥性に優れた野菜作りに最適な土。7月にネギを定植する際、トウモロコシの茎や葉を溝のすき間に入れ込むのが大谷流。とろけるような甘さが増していきます。見た目がカッコよく、太りすぎ

ない。コンパクトで首元がさけてないものが大谷さんのこだわり。

おすすめの食べ方は「ネギ味噌」。吉川ネギをみじん切りにして、そこに味噌、かつお節、調味料を加えます。ご飯にもお酒にも合う一品です。直売所でネギの品種や特徴を聞いたり、食べ方を教えてもらったり、作り手の顔が見える、いい関係。食べる楽しみも広がります。

魚焼きグリルで「焼き鳥ねぎま」

新鮮なネギと一緒に鶏肉をおいしくいただく「焼き鳥ねぎま」。魚焼きグリルを使い、照り焼きだれ風味で簡単に作れるレシピを紹介します。わが家では、何回も使いたいのので金串を使っています。



材料 (4本分)

- 鶏もも肉 …… 1枚(約200g)
- ネギ …… 1本半
- ★照り焼きだれ
- しょうゆ …… 50cc
- みりん …… 50cc
- 酒 …… 50cc
- 砂糖 …… 大さじ1

作り方

- ① 1枚の鶏もも肉を食べやすいサイズに均等に切り、12個程度を用意する
- ② ネギの白い部分1本半を2cm程度に切り、同じく12個程度を用意する
- ③ ①②を交互に4本の金串に刺しておく
- ④ 照り焼きだれは、★の材料を小鍋に入れ弱火でとろみがつくまで煮立てる
- ⑤ ④のたれに、串に刺した4本をまんべんなく15分程度浸す
- ⑥ グリル（片面焼きの場合）で中火で約6分ほど焼き、焦げ目がついたら、裏返して、★を塗り、さらに5分ほど焼いて完成です

料理制作／中川紀郎