

菜の花

アブラナ科

参考文献

JA東京中央会(発行)(2002),江戸・農業名所めぐり,農山漁村文化協会

染谷渉(発行)(2010),近茶流宗家柳原一成が選ぶ 日本の伝統野菜,インフォレスト株式会社

JAグループ,https://life.ja-group.jp/food/shun/detail?id=126 他

○多摩青果の主な入荷情報

	色の基準											
	少									多		
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
産地	■	■	■	■	■						■	■
群馬	■	■	■	■								■
埼玉	■	■	■									
千葉	■	■	■								■	■
新潟	■	■										■
静岡	■	■	■									■
三重												■
香川	■	■	■	■							■	■
高知	■	■	■	■								■
福岡	■	■	■								■	■
熊本	■	■										

○産地情報

千葉：^{あわ}安房地域が主要産地。歴史のある一大産地。

香川：温暖で降雨が少ない瀬戸内地域で栽培

○菜の花の選び方と保存方法

選び方	茎が太く、切り口が新鮮で軸の中心まで緑色のもの。 色むらがなく、蕾が開いていないもの。
保存	生 濡らした新聞紙に包み ポリ袋に入れて冷蔵庫野菜室で保存
	冷凍 かために茹で、フリーザバッグに入れて保存

菜花

西洋アブラナ(葉の花)の蕾・花茎・若葉。

地中海沿岸や中央アジア、北ヨーロッパなどが
原産地で、旬は冬～早春。

独特のほろ苦さと香りが特徴。



かき菜

北関東の在来種。成長途中の若芽をかきとることから
名前がついた。苦味と甘味のバランスが良い。

多摩青果には群馬の伝統野菜「宮内菜」が入荷。



のらぼう菜

江戸東京野菜の1つで、あきる野市五日市が発祥地。

旬は3月頃で、昔は「じゃば菜」といわれていた。

クセや苦味が少なく甘味があり

栽培中の環境が寒ければ寒いほど糖度が増す。



アスパラ菜

別名「オータムポエム」。

中国野菜「紅菜苔」と「菜心」を

掛け合わせた品種。茎はアスパラガスに
似た風味をしている。



おいしい菜

福岡博多の
ブランド品。
クセや苦味が
少ない。

発行：東京多摩青果株式会社 営業開発部開発課

※2019年現在の多摩青果における各産地の情報とおおよその入荷時期です。気象条件等で実際の入荷状況は異なる場合があります。