

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 24/Feb/2014/vol.285



## ノビル Wild garlic

ノビルはユリ科の多年草で日本の各地に昔から自生している野草です。ノビル＝野蒜とも書き、「蒜（ひる）」という文字はニラやあさつきなど葱の仲間を意味しています。このノビルもニンニクの芳香に似て、地中に1センチほどの鱗茎と細い緑の茎葉がスッと伸びており、見た目も小さく可愛い玉葱のようです。そのままでは独特の辛味がありますが火を通すと甘くなり、古事記や万葉集でも野蒜に関する記述があることをみても当時から美味しい食材としての地位を確立していたようです。今でこそノビルは豊富なビタミンCを含みエネルギー代謝を促進し、疲労回復などにも有効な成分を含んでいることがわかっていますが、そんな古代の人々にもきつと美味しく、食べると元気になる野菜として伝えられてきたことでしょう。

春にかけて旬を迎えるノビル、暖かい春の日差しを浴びながら野原を歩き、あぜ道のノビルを見つけてささやかな喜びに浸る風景はまさに日本の原風景を彷彿とさせます。そんな季節感も相まって、和食だけではなく洋食の風味付けや香りづけなど、フライやスープ、そしてトッピングやソースなど幅広くお使いいただける食材でもあります。そのままの形を生かして焼いたり、ポイルしたりなど、お料理にちょこんと可愛らしく座ったミニミニサイズの葉付き玉葱のような姿に、きつと小さい春を見つけられる方も多いことでしょう。