

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 16/Dec/2024/vol.810

さいたまヨーロッパ野菜研究会の「金かぶ」“Kinkabu” Turnip, Golden turnip

日本の蕪は1年でこれからが一番多く出回り、美味しい季節といわれています。水分も多く甘みも乗って、温かなシチュー、スープ、グリル野菜、煮物や、サラダ、漬物にも用途は様々で、寒い季節の食卓には欠かせない食材でもあります。他の国でも「蕪」は、様々なお料理にも使われている万能な野菜です。弊社でご紹介させていただいております「さいたまヨーロッパ野菜研究会」による「金かぶ」は皮が優しいイエローで、肉質も緻密で甘みがあります。十分に煮てマッシュしても、あるいは皮を残しつつカットをすることで黄色を生かしてお料理ができます。蕪は火を通すとふんわり柔らかい口当たりと癖のない味わい、生で食してもその甘みや食感の変化も楽しめます。疲れがちな胃をやさしく労るアミラーゼ、健康には大切な要素となる葉酸やカリウムも含まれています。師走の中でひときわ輝くような「金かぶ」はその色合いもあって、私たちの目もより一層楽しませてくれます。それはまるでクリスマスツリーに輝く丸い黄金のオーナメント。美味しいかぶを戴きながら黄金に輝く来年に気持ちを馳せつつ、よき年を迎えたいと思います。