

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 2/Mar/2026/vol.867

## 国産「紫芽キャベツ」(福岡・久保田農園) Purple brussels sprouts

冬から初春にかけてとても人気の食材に「芽キャベツ」があります。寒い季節にはシチューやスープ、グリル料理などの温かいお料理に、少し暖かくなってくるとサラダや、ピクルス、炒め物などにも幅広く使われています。英名では” Brussels sprouts“と言われるように、14世紀ごろベルギーの郊外で開発されたという芽キャベツは、貴族の料理にも供された食材ともいられています。今回は国産の「紫芽キャベツ」のご紹介です。一般的な緑色のものと比べて紫は主に輸入が多かったのですが、福岡の久保田農園でつい先日出荷がスタートしました。ご存じのように紫色はアントシアニン系の色ですので、普通にボイルいたしますと色が抜けてしまいます。グリル料理にそのまま焼いていただいたり、あとは下茹でするときに酢を入れますと、ほんのりピンク色が保持できたり致します。芽キャベツはキャベツと比較してもビタミンなどの栄養素は数倍ともいわれるほどの優良野菜。久保田農園さんの「紫芽キャベツ」の期間はこれから3月中旬ぐらいまでと短いものですが、ぜひご利用をお待ちしております。