

毎日の暮らしを親子で楽しむ

知ってる? ふくい Fukui



「地元のもの」を食べる 「地産地消」

スーパーに並ぶ野菜や果物の「産地」を確認したことがありますか。北海道や九州、遠くは外国から運ばれてきたものもありますね。最近では、地元の野菜や果物も増えています。

その土地で採れたものを食べることを「地産地消（ちさんちしょう）」といい、いろいろなメリットがあります。

メリット

- 栄養たっぷりの旬の旬のものが、新鮮な状態で手に入る
- 生産者の顔が見え、安心できる
- 輸送によるCO2の排出量が減らせ、地球にやさしい

「吉川ナス」の歴史は1000年以上！栽培が難しくて農家が激減し、生産が途絶えかけたけれど、平成21年に農家が研究会を作って伝統を守ってきたんだよ

知ってる? ポイント



吉川ナス (鯖江市)

つややかな黒紫色でソフトボール大の、重さ約300グラムもある丸ナス。皮が薄く、締まった肉質で煮崩れしにくく油と相性がぴったり。田楽などの焼き物や揚げ物、煮物にオススメです。和洋中伊の料理に幅広く使えます。

知ってる? ポイント



日持ちがしないので、ドライフルーツやジャム、アイスなどいろんな加工品が登場しているよ。福井のお土産にもいいね!



若狭イチジク (小浜市・若狭町)

2005年から栽培開始。しっかりした甘味と独特の食感、栄養豊富で不老長寿の果物として女性に人気。傷みやすいため収穫後も輸送や管理に注意が必要だが、県内産は新鮮な状態で手に入るメリットが。

知ってる? ポイント



栽培期間が長いと大きくなると思いきや、種球が分割されていくから三年子は粒が小さいんだ。加工の手間はかかるけれど、繊維が細かく身が締まっておいしくなるのさ



三里浜三年子らっきょう (坂井市・福井市)

通常は1年で収穫するところを、足掛け3年かけて育てる「三年子」栽培が行われているのは、全国でも福井県だけ。多くが甘酢漬けに加工され「花らっきょう」のブランド名で出荷。全国に多くのファンを持っています。

藤稔

サニールージュ



ブラックビート



知ってる? ポイント



福井県はデラウェアの産地だったけど、市場の好みで生産量が減少。そこで「ふくいブドウネットワーク」の生産者が平成26年から「ふくぶる」と名付けてPRしているんだ

ふくぶる(ぶどう) (県内全域)

県内で栽培されている大粒のぶどう。シャインマスカット、サニールージュ、藤稔(ふじみのり)、ブラックビートなど品種はさまざまですが、「福井県産、糖度が高い、種無し」といった条件をクリアしたものは「ふくぶる」と呼ばれ、贈り物にもぴったりです。

スーパーでは野菜コーナーとは別に、地元生産者の販売棚が設けられていたり、朝市や野菜の無人販売所も人気です。こうした所では不揃いなものが安く手に入り、規格外で市場に出せない野菜や果物も生かされます。直売所などでは、その土地に伝わる調理法が紹介されていたり、珍しい伝統野菜などが手に入ることも。地域の経済や食文化の点からSDGsにもつながります。

ほかにも、福井自慢の野菜や果物はいっぱい!

詳しくはここから→

