



はたしょう

秦荘のやまいも

無骨な形ながら粘りと甘みが持ち味

愛知郡愛荘町(旧秦荘)の限られた地域でだけ取れる。ゴツゴツした地肌、少しいびつで野性味のある形。すりおろすと箸で持ち上がるほどの粘りの強さと上品な甘みがある。

この地で栽培が始まったのは約300年前。伊勢参りのお土産として持ち帰られた伊勢芋がルーツといわれ、以来研究と改良を重ねて今の形になり、地域の伝統野菜として愛されてきた。いもが苦勞して育つ「芋地」と呼ばれる粘土質の土が栽培に適している。種いもから出荷まで3年と、手間と時間をかけて育てられる。

生のまますりおろして、とろろいもにするのが粘りと甘みを感じられる最もおすすめの食べ方。そのほか、短冊にしてわさび醤油やポン酢で、塩だけで炊いた精進料理にも用いられる。

トリビア

やまいものルーツは米より古く、縄文時代からといわれる。中国では「山の薬」、日本でも「山のうなぎ」と呼ばれるほど栄養豊富。

| 旬 |



| 調理例 |

◎ 生	◎ おろす
◎ 揚げる	◎ 煮る
◎ 蒸す	◎ 焼く

| 保存方法 |

冷暗所 常温 冷蔵

冷暗所なら常温で保存できる。ラップに包んで冷蔵庫の野菜室に入れておけば長期間保存できる。

| 栄養成分 |

ねばねばの成分はたんぱく質の吸収を向上させ、胃粘膜を保護、疲労回復にも役立つといわれる。

| 問い合わせ先 |

秦荘やまいも振興会 JA東びわこ愛荘
営農センター
TEL：0749-42-2071

| 主な産地 |

愛荘町

