



みなくち

水口かんぴょう

出汁を良く含み、独特の軟らかさ

かんぴょうはウリ科のユウガオの実をひも状に細長くむき、乾燥させたもの。発祥地といわれるのが甲賀市水口町で、代々種を自家採種して栽培したユウガオから作る。手作業での天日干し、無漂白で、独特の軟らかさがあり、味がしみやすく、出汁を良く含む食感と味わいが人気。

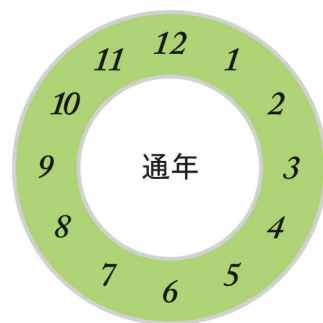
7月中旬～8月上旬にユウガオの実を収穫した後、機械で外皮を削り、真っ白な実を幅3cm、薄さ2～3mmの帯にして丁寧に竿にかけ、約1日半天日で乾燥させる。夏の強い日差しと適度な風、昼夜の寒暖差、水はけがよく乾燥しすぎない土壤が適している。

産地の一つ宇川地区で毎年4月、宇川天満宮の祭礼に作られる押し寿司・宇川ずしの具には欠かせない。

トリビア

水口町でかんぴょうが作られるようになったのは江戸時代。東海道の宿に指定されて発展した頃といわれ、歌川広重の版画「東海道五十三次 水口宿」にもかんぴょうを干す風景画が描かれ、街道を行き交う人の土産として全国に広がった。俳人松尾芭蕉もこの地を訪れ、「夕顔にかんぴょうむいて遊びけり」という句を残している。

| 旬 |



| 調理例 |

◎ ゆがく

◎ 煮る

| 保存方法 |



軽く洗って、一昼夜、2～3回水を交換しながらつけ、水炊きする。爪が立つ硬さになったら、水にさらし粗熱を取って冷ます。これを小分けして冷凍保存すると便利。

| 栄養成分 |

水溶性と不溶性の食物繊維をバランスよく取ることができる。カルシウム、余分なナトリウムを尿として排出するカリウムも豊富に含む。

| 問い合わせ先 |

JAこうか水口営農経済センター
TEL: 0748-62-0685

| 主な産地 |

甲賀市

