



ふくたちを育てるビニールハウス。「大雪で毎日除雪が大変」と高橋さん(2月23日撮影)



ビニールハウスの中には、ふくたちがずらり。高橋さんは3棟のハウスでふくたちを栽培(3月9日撮影)



収穫期を迎えたふくたちは、白菜とは思えぬ見た目。葉の中に甘い花芽が育っている(3月9日撮影)

初冬に定植された白菜は、厳しい寒さの中でなんとか子孫(種)を残そうと花芽をつくり、そこに栄養を蓄えて凍結から自らの命を守る。寒気に耐えて甘みを蓄え、いわゆる「寒じめ」の状態になりながら、雪解けの暖かさとともに一気に花芽を伸ばし始める。

羽後町で最低気温マイナス15度を下回った2月23日、午後1時ころに高橋さんのビニールハウスを訪ねた。極寒の中、ふくたちは無事だろうか。「朝は凍っていたけど、今は解けて元気に葉を伸ばしていますよ」。凍っては解けて…を連日繰り返しながら、ふくたちは力強く生きていた。「大雪で寒さ厳しい今年は例年以上に甘みが乗ると思います」と高橋さんは自信を示す。「とう立ちした白菜が甘くなるのは、寒さのおかげ。ふくたちは雪が多くて寒いこの土地ならではの自然からの恵みです」。先人の知恵、植物の生命力、土の暖かさ、雪国の寒さがそろうて育まれた春の味。残りわずかな旬を楽しもう。

### 甘み増す理由

### 今年は特に期待大



# ふくたち



厳しい冬耐え、甘くおいしく

秋田県の県南地域で生産されている「ふくたち」をご存じだろうか。県外のスーパーや八百屋に並ぶことはほとんどない。多くが県内市場に出荷され、県内で消費される、秋田の地産地消野菜である。

旬は3月から4月中旬ごろまでのわずか1カ月半。産地の羽後町では「ふぐだち」と呼ばれ、長い冬が終わり、春到来を告げる味として心待ちにされている。「ゆでておひたしにすればシャクシャクとした歯応えで、真ん中の芯の部分は甘くトロツとしてうめえっすよ。ふぐだちが出るとう春来たなあって思うすな」。生産者の高橋和幸さんはそう話して目を細めた。

上の写真の断面にご注目。旬を迎えたふくたちは、真ん中に「花芽」が伸びている。ここに甘みと栄養がギュッと凝縮されている。これは新種の野菜かと思いきや正体を聞いて驚いた。「ふぐだちは白菜なんです」。通常、白菜は雪が積もる前に収穫するが、あえて秋に種をまき、冬の始めに定植して越冬させると「とう立ち」という現象が起きる。とう立ちさせた白菜がこのふくたちだ。

子供のころから大好きです!

JAうご 新成園芸組合 組合長 高橋和幸さん




## 試してみよう! ふくたちのゆで方

- 1 茎の下に十字に切り込みを入れる。(全体の大きさの約2/3程度まで)
- 2 沸騰したお湯に入れ、約3分ゆでる。
- 3 冷水にさらして色止めをして水気をきる。

## おすすめレシピ

**ベーコン炒め**


ふくたちはシンプルにおひたして、炒めものやあえ物もいかが?



- 1 ふくたちは3cm、ベーコンは2cmの大きさに切る。
- 2 溶き卵をいって、いり卵をつくり一旦取り出す。
- 3 フライパンにふくたち、ベーコン、モヤシを入れて炒める。
- 4 いり卵を加え、塩、こしょうで味を調える。

【材料】ふくたち、ベーコン、卵、モヤシ、塩、こしょう

**エノキのあえ物**



- 1 ふくたちとエノキをゆでて、食べやすい大きさに切る。
- 2 ①にカニ風味かまぼこ、調味料を加える。

【材料】ふくたち、エノキ、カニ風味かまぼこ、調味料(白しょうゆ、みりん)

旬の甘いふくたちはこのパッケージとシールが目印!



JAうご 新成園芸組合では、ふくたちを無農薬で栽培し、2014年から「ひばり野ふくたち」の名で商標登録し販売しています。とう立ちして甘みを増した、JAうごのふくたちは、このパッケージと「これぞ、とう立ち!」の黄色いシールが目印。

©「ひばり野ふくたち」に関するお問い合わせ先/ JAうご TEL.0183-62-1120(平日8:30~17:00)