

白ねぎを使った  
おすすめレシピ♪

旬の素材を使って生産者さんが作る「大分白ねぎ」の簡単レシピを紹介しつづけます。ぜひみなさんも一度試してみて、食卓の一品に加えましょう。

vol.15



巻いて焼くだけ!! 簡単メニュー

白ねぎのピリ辛ベーコン巻き

- ① 白ねぎはベーコンの幅に切り、調味料 A の中へ 2 ~ 3 分浸す。ベーコンは半分に切る。ほうれん草は塩茹でして 3 ~ 4cm の長さに切る。
- ② 白ねぎを一口量ベーコンで巻き、楊枝で止める。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、中火で②を転がしながら色よく焼き上げる。
- ④ 器にほうれん草を敷き、上に③を盛り、ポン酢しょう油をかける。

調理時間 約10分

材料 (4人分)

- (調味料A)  
 醤油 ……大さじ3  
 みりん ……大さじ1  
 一味唐辛子 ……少々  
 (かぼすポン酢)  
 酢、かぼす汁 各大さじ2  
 醤油 ……大さじ3  
 砂糖 ……大さじ1/2  
 大分白ねぎ ……4~5本  
 ベーコン ……6枚  
 ほうれん草 ……200g  
 サラダ油 ……大さじ1

子ども大好き♡

白ねぎとコーンのクリーム煮

- ① 白ねぎは2cm幅に切る。プレスハムは5mm幅、2cm長さのせん切りにする。
- ② 鍋にバターを熱し、白ねぎ、ホールコーンを十分に炒める。この中へ小麦粉を加えてよく炒め、牛乳を少しずつ加えて溶きのばす。
- ③ 全体にとろみがついたら塩、コショウで調味し、プレスハム、パセリのみじん切りを全体に散らす。

調理時間 約15分

材料 (4人分)

- (調味料)  
 バター ……30g  
 小麦粉 ……大さじ1.5  
 牛乳 ……300~400cc  
 塩、コショウ ……少々  
 大分白ねぎ ……3~4本  
 ホールコーン ……1缶  
 プレスハム ……3枚  
 パセリ ……少々



調理時間 約40分

材料 (5皿分)

- シチューミックス ……95g  
 鶏肉 (もも) ……250g  
 大分白ねぎ ……1本  
 ほうれん草 ……1/2束  
 にんじん ……中1/2本  
 大根 ……1/4本  
 サラダ油 ……大さじ1  
 水 ……700ml  
 牛乳 ……100ml

シチューと白ねぎの美味しい関係

白ねぎシチュー

- ① 鶏肉、にんじん、大根は一口大に切る。ほうれん草はゆでて、水気を切り3cm長さに切る。白ねぎは2 ~ 3cm長さの斜め切りにし、半量をフライパンで焼き目がつくまで焼く。
- ② 厚手の鍋にサラダ油を熱し、①の鶏肉、にんじん、大根、半量の白ねぎを焦がさないように炒める。水を加え、沸騰したらあくを取り、材料が柔らかくなるまで弱火~中火で約15分煮込む。
- ③ いったん火を止め、シチューミックスを少しずつ振り入れながら溶かし、再び弱火でとろみがつくまで約10分煮込む。
- ④ 牛乳を入れてさらに約5分煮込み、①のほうれん草を加えてひと煮立ちさせる。
- ⑤ 器に盛り、①の焼き目をつけた白ねぎをトッピングする。

ワンポイントアドバイス 大根から水が出るので、水は通常の1割程度減らす。



大分白ねぎ  
産地  
マップ

おおいたの旬がくる。その恵みに感謝して…

しゅんくる



あなたの思いをカタチに。

http://theoita.com

vol.15

大分白ねぎ

しゅんくる

2012.Vol.15  
http://theoita.com/

発行 大分県 農林水産部 おおいたブランド推進課  
〒870-8501 大分県大分市大手町3-1-1  
TEL 097-506-3627

しゅんくるとは、①旬が来る ②感謝するという意味の「シユクル (Syukur)」という二つの言葉をかけ合わせた造語です。生産者、流通関係者、消費者が互いに感謝し合い、The・おおいたを育てていけたら……という願いを込めています。

※中面はポスターや商品のポップとして、  
そしてレシピはカードサイズにカットしてお使いいただけます。





干拓から始まった、自慢の逸品

# 大分白ねぎ

出荷時期  
周年

国東半島北西部の豊後高田市。周防灘に面した海岸沿いの地域には広大な白ねぎ畑が広がり、海風に乗ってねぎの香りが漂っています。碁盤の目のように整った畑が続く平坦な一帯は、江戸時代から昭和にかけて、先人たちが大変な苦勞をして造成した干拓地です。今や質、量ともに西日本を代表する白ねぎの産地となった要因の一つは、海岸だった砂地土壌の畑でした。その畑を造り上げ、産地化を進めた入植者たちの技術と情熱は、二代目、三代目たちに受け継がれ、上質の白ねぎづくりが続いています。

## 天然ミネラルたっぷりの土

海拔0メートルの干拓地は、土壌にミネラル分が豊富で水はけもよく、連作も可能なことから白ねぎの栽培に非常に適しています。4ヘクタールの畑で白ねぎを栽培する秋吉信行さんも、二代目の白ねぎ農家。品種を使い分け、年間を通じて味のいい白ねぎを出荷しています。“寒”にあたることでと

りわけ甘みが増し、おいしくなる秋冬ねぎの出荷シーズンは、秋吉さんたちが最も忙しい時期です。

高く土を盛った畝には収穫を待つ白ねぎが一行に植わり、一株ずつ丁寧に手作業で収穫していきます。「白ねぎ」という名のとおり、ねぎの白い部分の出来が最終的な商品としての良し悪しを決めます。大分県の規格では、白い部分の長さが30センチ以上と決まっています。まっすぐでつやつやと輝く白と、鮮やかな葉の緑のコントラストが美しい姿は生産者の技術の高さの現れで、土を寄せる作業を繰り返し、白い部分を長く伸ばしていきます。夏場の病害虫には特に注意しながら、減農薬を心掛けて大切に育てています。「恵まれた土壌のおかげだけでなく、生産者それぞれが肥料の工夫や栽培方法に気を配ってきた賜物です」と秋吉さん。自慢の白ねぎを多くの人に知ってもらいたいと、毎日の畑仕事にも熱が入ります。



秋吉さんはこの道25年のベテラン生産者。妻の増子さんと共に毎日畑に立つ。



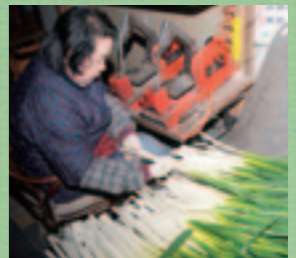
連なる白ねぎ畑は豊後高田市を代表する景色の一つ。



貝殻も混じるミネラルいっぱいの土を寄せ、畝を高くすることでねぎを白くする。



収穫用の機械は使わず、手作業で一株ずつ抜いていく。



不要な葉を落としてサイズを揃える調整作業の後、箱詰めして出荷する。



秋吉さんの家族と従業員の皆さん

## リレー栽培で周年安定供給

周年出荷を目指し、夏場の出荷量の減少を防ぐために始まった九重町の飯田高原など高原地域での栽培も拡大。「冬場は沿岸部、夏場は高原」というリレー栽培で安定出荷を実現しています。さらに、2012年1月からは県全体で統一ブランドの「大分白ねぎ」として、JAグループでの一元販売を開始。消費者のニーズに合わせた栽培計画や、大規模消費地への安定供給、生産者間の品質の均一化などでさらにブランド力を高めています。

大地をゼロから造り上げていった“開拓者”たちの歴史の上に築かれた一大産地には、意欲的な後継者もたくさん育っています。「身が詰まってみずみずしく、甘みがある」と市場で高評価を受ける大分産の白ねぎが、全国に向けてますます羽ばたこうとしています。

甘く、新鮮でみずみずしい大地の恵みをどうぞ。

**Theおいた**

ホームページで産地直送の  
情報をお届けしています!

旬な情報をいち早く更新!!  
<http://theoita.com/>