

白ねぎを使った /

おすすめレシピ



旬の素材を使って作る「大分県産白ねぎ」の簡単レシピを紹介します。ぜひみなさんも一度試してみ、食卓の一品に加えましょう。

おおいたの旬がくる。その恵みに感謝して…



しゅんくる

<http://theoita.com>

vol.40

白ねぎ



シャキシャキ感を味わいたいならコレ！

白ねぎのサラダ

材料 (4人分)

大分県産白ねぎ …… 3本
ツナ (缶詰) …… 40g
ゴマ油 …… 少々

- ① 白ねぎを長さ5cmほどに切り、細く千切りにする。
- ② ①を氷水で30分程度さらしてから、ザルで水をきる。(食べる30分ほど前に作るのがポイント。また、手でしぼると白ねぎがベタベタしてしまいます)
- ③ 水きりした白ねぎにツナ、ゴマ油を入れ、軽く混ぜ合わせる。



巻いて焼くだけ!! 簡単メニュー

白ねぎのベーコン巻き

材料 (4人分)

(かぼすボン酢)
酢、かぼす汁 …… 各大さじ2
醤油 …… 大さじ3
砂糖 …… 大さじ1/2
大分県産白ねぎ …… 4~5本
ベーコン …… 6枚
サラダ油 …… 大さじ1

- ① 白ねぎをベーコンの幅に揃えて切る。
- ② 白ねぎをベーコンで巻き、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③を盛り、かぼすボン酢をかける。



さっぱり優しい味わい!

焼き白ねぎとブリのみぞれ鍋

材料 (4人分)

大分県産かぼすブリ …… 4切れ (400g)
大分県産白ねぎ …… 4本 (660g)
生姜 …… 2かけ
大根 …… 20cm (600g)
大分味一ねぎ …… 6本
塩こしょう …… 少々
サラダ油 …… 大さじ2
(煮汁)
酒 …… 大さじ4
めんつゆ (3倍濃縮) …… 100cc
水 …… 800cc

- ① ブリは一口大に切り、キッチンペーパーで水気をふきとり、塩こしょうをふる。
- ② 白ねぎは根元を切り落として4cm幅に切る。大根はすりおろして軽く水気を切る。生姜は千切りにする。大分味一ねぎは根元を切り落として小口切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油半量 (大さじ1/2) を入れて熱し、白ねぎを入れて、焼き色がつくまで上下を返しながらか中火で焼き、取り出す。残りのサラダ油 (大さじ1/2) を入れ、ブリを入れて焼き色がつくまで上下を返しながらか中火で焼き、取り出す。
- ④ 鍋に煮汁を加え、煮立ったら生姜、ブリ、白ねぎを加え、ふたをして弱火で6~7分煮る。
- ⑤ 大根おろしを加えて温まる程度に煮て、大分味一ねぎをちらす。



大分白ねぎ産地マップ



しゅんくるとは、①旬が来る ②感謝するという意味の「シュクル (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。

しゅんくるのバックナンバーは
ホームページ (<https://theoita.com/>) でご覧いただけます。



しゅんくる

2025.vol.40

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 097-506-3636



県内各地で栽培される白ねぎ



平坦地域
豊後高田、宇佐等



中山間地域
豊後大野、白杵等



高原地域
玖珠、九重、竹田等



大分白ねぎ連絡協議会



「大分白ねぎ」旬入り宣言書

大分県はねぎの生産量西日本一！
大分の白ねぎは、夏場は高原、冬場は平坦地という
リレー栽培により、一年中消費者に届けられています。

大分県産白ねぎの特徴

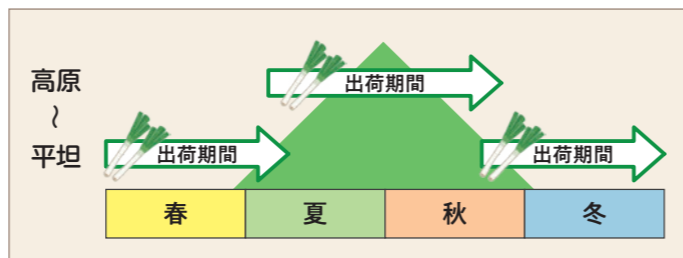
まっすぐでつやつやと輝く白色と、鮮やかな葉の緑色のコントラストが美しい姿の「白ねぎ」。白い部分は、『葉』で日光が当たると緑色に変化するため、苗の植え付けから収穫までに平均5回も土をかぶせて光を当てないように栽培されます。

県内で白ねぎの作付面積が最も多い豊後高田市では、江戸時代と昭和時代に海を埋め立て、造成された海拔0mの干拓地を中心に栽培されています。水はけの良い、ミネラルたっぷりの砂質土壌で育つため、甘みが強い白ねぎに仕上がります。夏場の出荷の主体となる高原では、肥沃な黒ぼく土と朝晩と昼間の寒暖差が大きい気候により、みずみずしく、なめらかな口当たりが特徴です。

県では、ねぎの生産拡大を推進しており、2023年の作付面積は1,200ha（農林水産省統計）と県内の園芸品目の中で最も栽培されている品目となっています。

リレー栽培で周年出荷体制確立

県内での周年出荷を目指し、夏の暑さによる出荷量の減少を防ぐために標高が高く平坦地域より気温の低い高原地域での栽培を拡大。海拔0mの平坦地から標高900mの高原で栽培することにより、年間を通して出荷することが可能となっています。



リレー栽培での周年出荷

規格の統一によるブランド化

県全体で規格を統一した「大分白ねぎ」のブランド化を進める大分白ねぎ連絡協議会では、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に向けた研修会等を行い県産白ねぎのブランド化を進めています。

「一番の強みは、若い生産者が多く、5年後、10年後も継続できる将来性がある産地であること。今後も品質の向上や既存取引市場からの要望に応じていきたい。」と同協議会会長の和泉さん。

白ねぎの甘みが増し、鍋物などの需要が増える冬には、県内市場において「大分白ねぎ」の旬入り宣言式を行い市場関係者や消費者へPRを行っています。

大分県を代表する品目へ

県では、関係機関と協力して新たな顔となる園芸品目をつくらうと「ねぎ産出額100億円プロジェクト（2021～23年度）」に取り組んできました。このプロジェクトにより、企業参入や新規栽培者による担い手増加や、優良生産者の技術指導等により収量・品質向上を図りました。その結果、2023年のねぎの産出額は、101億円（農林水産省統計）に達し、県を代表する品目として県内・外で大分の白ねぎの存在感が増してきています。

「県産白ねぎ」を暑い夏にはさっぱりとした味付けのサラダなど、寒い冬には加熱により甘味が引き出る鍋料理や炒め物、天ぷらなど、時期や部位ごとの特徴を活かした食べ方で大分の白ねぎを一年を通して味わってください。