



## 二塚からしな

産地 二塚地区

旬 11月～3月

### ピリッとおとなの味

さっと湯通しし、塩もみして辛みを引き出します。  
細かく刻み、さまざまな具に混ぜ込めば、さわやかな香味と食感をプラスする効果も…。

How to Choose

#### 上手な選び方

濃い緑色で、香りが高く、みずみずしいもの。



Kagayasai Recipe

Let's Try!

# 加賀野菜 レシピ!

ふたつか

二塚からしな

Menu

○からしな漬 ○ギョーザ



Kagayasai Recipe

# 加賀野菜 レシピ!

二塚からしな

ふたつか

金沢市農産物ブランド協会



## 辛味の出し方をマスターしよう からしな漬

Recipe  
1

- 材料(つくりやすい分量)
- |        |      |
|--------|------|
| 二塚からしな | 1束   |
| 塩      | 小さじ2 |
| しょうゆ   | 適量   |

刻んだからしな漬を  
ツナで和えて、手巻き寿司  
の具にしてもおいしい。



- 1 からしなをザルに並べ、茎の方から湯をかける。まな板の上に移し、塩をまんべんなくかけて、熱いうちに、もみ洗いするように両手でもみ、繊維を壊す。
- 2 ねじってしぼってアクを出し、ビニール袋に入れ、空気を抜いて口をしぼり、密閉する。
- 3 冷蔵庫に入れ3時間程、急冷させる。
- 4 3cm位に切り、好みでしょうゆ等で味を調える。

## みんな大好きギョーザにアレンジ ギョーザ



Recipe  
2

- 材料(4人分)
- |        |      |
|--------|------|
| からしな漬  | 120g |
| 鶏ひき肉   | 140g |
| 塩・こしょう | 少々   |
| ギョーザの皮 | 20枚  |
| 油      | 少々   |
| 水      | 大さじ2 |

- 1 細かく刻んだからしな漬と鶏ひき肉をボウルに入れ、塩・こしょうで味付けし、手でよく混ぜ合わせる。
- 2 ①を20等分し、それぞれをギョーザの皮の中央に乗せて片側に指で水をつけて包んでいく。
- 3 熱したフライパンに油をひき、包んだギョーザを並べて中火で焼く。
- 4 底面が焼けてきたら、水を入れふたをする。水分が無くなってパチパチと音がしたら焼き上がり。

Kagayasai Recipe

## 加賀野菜 レシピ!

サイトではこの他の  
レシピも紹介しています。



加賀野菜

検索

## 加賀野菜

昭和20年以前から栽培され、現在も主として金沢で栽培されている野菜です。藩政時代から戦前までの間に、金沢の気候・風土に育まれ、農家に大切に受け継がれてきた伝統野菜。金沢市民に愛され、食卓に四季の訪れを告げ、食文化を支えてきました。



加賀野菜  
ブランドシール

## 【加賀野菜ブランド認定15品目】

- |          |             |
|----------|-------------|
| ◎さつまいも   | ◎金沢せり       |
| ◎加賀れんこん  | ◎打木赤皮甘栗かぼちゃ |
| ◎たけのこ    | ◎金沢一本太ねぎ    |
| ◎加賀太きゅうり | ◎二塚からしな     |
| ◎金時草     | ◎赤ずいき       |
| ◎加賀つるまめ  | ◎くわい        |
| ◎ヘタ紫なす   | ◎金沢春菊       |
| ◎源助だいこん  |             |

加賀野菜イメージキャラクター  
“ベジタン”



金沢市  
加賀野菜  
ブランドシール