



くわい

産地 小坂地区

旬 12月

新年を祝う食卓に

芽を伸ばした愛らしい姿から、「芽が出る」、「めでたい」に通じる縁起のいい食材として珍重されてきました。新年を祝うおせち料理には欠かせません。

How to Choose

上手な選び方

皮が青銅色でつやがあり、形が丸々としたもの。



Kagayasai Recipe

Let's Try!

加賀野菜
レシピ

くわい

Menu

◎煮もの ◎フライドくわい

Kagayasai Recipe
加賀野菜
レシピ



くわい

金沢市農産物ブランド協会

おせちの定番をマスターしよう

煮もの



●材料(4人分)

| | |
|------|------|
| くわい | 8個 |
| だし汁 | 3カップ |
| 砂糖 | 大さじ3 |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| 塩 | 少々 |

- くわいの底の部分を切り、芽は2cmほど残して斜めに切り落とし皮をむく。
- えぐみをとるため、米のとぎ汁（なければ水に米をひとつかみ加える）で竹串が通るようになるまでゆで、水洗いする。
- 鍋にだし汁とくわいを入れ弱火にかけ、しばらく煮てから砂糖、塩、しょうゆの順に加え、くわいが柔らかくなるまで煮る。



やみつきになる味

フライドくわい



●材料(4人分)

| | |
|-----|----|
| くわい | 4個 |
| 塩 | 少々 |
| 揚げ油 | 適量 |

- くわいは皮をむき、5～7mmの厚さにスライスし、水にさらす。
- 水分をとり、油で揚げて塩をふる。二度揚げするとさらに美味しい。

極小サイズのは皮ごと丸揚げでもOK



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"

