



さつまいも

産地 五郎島・栗崎・大野・大徳地区

旬 8月～5月

こっぼこぼの砂丘地そだち

じっくり加熱すると、「こっぼこぼ」(金沢弁でほくほくの意味)の食感と甘みが最大限に引き出されます。

How to Choose

上手な選び方 色つやがよく、ヒゲ根跡の小さいもの。



Kagayasai Recipe

加賀野菜 レシピ

さつまいも

Menu ○レモン煮 ○さつまいもグラタン



Kagayasai Recipe
加賀野菜
レシピ

さつまいも

金沢市農産物ブランド協会



レモンの酸味がさわやか レモン煮

Recipe
1

●材料(4人分)

さつまいも	1本
水	200cc
レモンの輪切り	3枚
砂糖	大さじ3
塩	少々

- 1 さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切り、水にさらす。
- 2 鍋に①とその他の材料を入れ、クッキングペーパーなどで落としづたをし、柔らかくなるまで煮る。

一度焼くから甘みが際立つ！ さつまいもグラタン



Recipe
2

●材料(4人分)

さつまいも	中1本
冷凍むきえび	150g
ブロッコリー	1/4株
生クリーム	50cc
牛乳	50cc
塩・こしょう	少々
ピザ用チーズ	適量

- 1 さつまいもを縦半分に切り、水に浸してアクを抜く。
- 2 さつまいもをアルミ箔に包んで 160℃のオーブンで 60分加熱し、皮ごと2cm角に切る。
- 3 むきえびは下ゆでし、ブロッコリーは小房に分けて塩ゆでする。
- 4 ②・③と生クリーム、牛乳を混ぜ、塩・こしょうで味を調える。
- 5 ④を耐熱容器に入れてチーズをのせ、180℃のオーブンで 15分焼く。

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