

わたしたちの地域の食べものを知ろう

たけのこ (金沢市)



おとなり金沢市の内川地区では、古くからたけのこが栽培されています。金沢のたけのこは金時草や、ふときゅうりとならぶ「加賀野菜」の1つで、江戸時代から栽培されたといわれています。

たけのこは、お腹のそうじをしてくれる“食物せんい”が多いほか、たんぱく質やビタミンもふくんでいます。ゆでたたけのこに、白いつぶつぶがついているのを見たことがありますか？ これは、“チロシン”というたんぱく質の成分で、食べても大丈夫なものです。

春の味覚を代表する生のたけのこ、おいしく食べられる“旬”の時期は、ほんの短い間です。“旬”の味を楽しみましょう。

たけのこ



あっという間にみんなと同じくらいの背の高さに！

たけのこは1日に10cm以上、また時には1m以上も伸びることがあります。ですから、旬の時期はたけのこを掘るために、農家の人は大変な忙しさです。この時期しか味わえない旬のたけのこを、たけのこごはんや若竹汁で味わってみましょう。

