



組合員と生産者がともに育てあう生協の産直

きた屋フーズ

産直 きた屋フーズの越前なめこ

独特のぬめりとコリコリとした食感

自然に近い環境を整えてじっくり育てる菌床栽培

かさが大きく食べこたえがあり、独特のぬめりとコリコリとした食感が味わえる『越前なめこ』。ぬめりはアミノ酸、鉄分など豊富な栄養素を含み、カルシウムの吸収を助け、しかも低カロリー。「なめこはヘルシー食品なんです」と北敷さんは明るい笑顔で語ります。

きた屋フーズでは、おがくずなどで作られた菌床に、この種菌を植え付ける菌床栽培で、1年を通して『越前なめこ』を育てています。低温で温度管理を徹底した培養室に、この菌床を置き、季節にあわせて採光を調節



Profile

きた屋フーズ有限公司
(坂井市)
代表取締役
北敷 金章さん

『越前なめこ』を中心に、きのこの菌床栽培を行う。近年、農業を使わない水耕栽培の野菜作り、カット野菜なども手がけている。

しながら夏は90日、冬は120日かけて栽培。おがくずに入れる栄養分としては、米糠やふすま(小麦の糠)など自然のものだけを混ぜています。

「なめこ作りは、じっくりあわてずが大事。低温でゆっくり育てるから、軸が太く、かさも大きく、自然に近い味わいになるんです。山の森の中のような環境に近づけるため夜には温度を下げるなど、あわてず見守りながら自然な味わいのなめこを作っています」。

組合員の声を反映した美味しいなめこを追求

北敷さんがなめこ栽培を始めたのは、36年前のこと。会社勤務をしていたときに、仕事帰りに入ったお店で初めてなめこのみそ汁を飲み、その美味しさに「とても感激した」のがきっかけだそう。その後、脱サラして独立を考えたとき、「大好きななめこを作ろうと思った」と振り返ります。北敷さんはなめこの生産が盛んな長野を訪れ、業者の指導を仰ぎながら、ほぼ独学でなめこ栽培をスタート。今では県内唯一のなめこ生産者として、年間約8万株(1日約50〜60kg)の『越前なめこ』を出荷しています。



消費者の声を反映させたなめこ栽培に取り組む北敷さん。「かさを大きく育てるようにしたのも、実は、生協で組合者さんと交流したときの意見を参考にしているんです」と言います。さらに、「なめこがどんな風についているか知っていただきたい」という思いから、通常石づきをカットして販売されるのが多いなめこを、株とりで収穫した石づきのある状態で出荷。生協では石づきあり・なしのどちらも販売していますが、株付で石づきのある方が人気です。「なるべく軸が長くなるように切つて、軸も味わっていたらいいです」と北敷さん。

近年はレタスなど水耕栽培の野菜も手がけており、こちらはハーツで販売中です。



組合員交流の様子

オススメの食べ方



北敷さんのおすすめは、「定番のなめこのみそ汁や、なめこの酢のもの」だそう。「意外なところで、炒めものに入れても全体にとろみがついて美味しいんですよ。さっと洗って加熱調理をしてお召し上がりください」。

◀パパッとCOOKで人気!
「越前なめことさくら豚の味噌炒め」
宅 (次回4月1回(ふくい〜))

上手な保存方法



保存は、冷蔵庫の冷蔵室で。使いきれなかった場合は、「さっとゆがいてから冷凍保存に。凍ったまま調理すれば、ぬめりがそのまま生きて美味しいですよ」。

宅 (毎週企画(ふくい〜))