



組合員と生産者がともに育てあう生協の産直

### 建石農園

# もっちりとした粘りと歯ごたえ 産直 建石さんの上庄里芋

## 適地適産で育まれる 上庄里芋の美味しさ

ぎゅつと身がしまつて煮崩れせず、もっちりとした粘りと歯ごたえで知られる、大野市上庄産の里芋。なかでも真名川の扇状地にある旧上庄村五条方地区の建石農園で育つ上庄里芋『麻奈姫』は、ひとときわ美味しいと評判です。味の違いは、この地で育つ里芋に含まれるデンプンの質が、もち米のデンプンに近いこと。この違いが、美味しさの違いになっています。



### Profile

SFV生産農場  
(建石農園)  
(大野市)  
建石 正治さん

約10haの農場で、里芋を中心に野菜や果実、花を育てる。コープファミリ一元気野菜くらぶ認証。農業は慣行栽培の50%以上削減。

「里芋は別の場所でも育ても同じ品質にはなりません。農作物には適地適産がありますが、真名川が運んできた土壌が里芋の生育に適しているんですよ」

ね」と微笑む建石さん。

上庄地区は、山に囲まれた標高3000mの盆地。昼夜の寒暖差が大きく、全国有数の豪雪地帯です。毎年、雪解けの頃に里芋の作付けが始まり、11月には収穫のピークに。そして12月、霜が降りる頃に、美味しい旬の時期を迎えます。



2015年9月中旬の様子

夏が終わり葉が茶色になると、土の中では親芋から子芋、子芋から孫芋へとデンプンが行きわたり旨味が増します。

## 上庄里芋を守るため 多岐にわたる取り組みを

建石農園では上庄里芋を守るために、さまざまな取り組みを進めています。年間50〜60トンにのぼる里芋の収穫はかなりの重労働になるため、従来はなかった植え付けから収穫まで対応できる里芋専用の機械を、農業機械メーカーと共に開発。さらに、水分が多く保存がきかないとされていた里芋の長期保存を実現。生協の若い組合員さんから「里芋を手でさわれない」と言われたことをきっかけに、あらかじめ皮をむき一口サイズにカットした冷凍里芋も開発しました。また、地



元の若い世代の後継者育成や、インドネシアからの農業研修生受け入れなどにも力を注いでいます。

生協とは、農園をたちあげた頃から続く長いおつきあい。「昔は、配達時に一緒にグループをまわったことも。組合員さんと会話をし、意見や思いを交わすことで、生協らしい商品をつくることができました」と振り返る建石さん。現在も、たんぼぼツアーや産直収穫体験などで、組合員との交流を深めています。



産直収穫体験交流会の様子

近年は、組合員の声から生まれた、卵や牛乳を使わない里芋のアイスなど加工品の製造販売にも着手。上庄里芋の認知度アップや美味しさの向上に努めています。

### おすすめの食べ方



建石さんのオススメは、大野の郷土料理『上庄里芋のころ煮』。深めの鍋に里芋、ひたひたよりやや少なめの水、砂糖、醤油を入れ、落としぶたをし、強めの中火にかけます。ふきこぼれそうになったら弱めの中火にし、煮汁が少なくなったらみりんを加え煮含めます。



◀ 詳しいレシピはこちら

### 上手な保存方法



「なるべく早めにお召上がりいただくのが一番ですが、食べきれない場合は冷凍保存がおすすめ」と建石さん。皮をむきカットした里芋をザルかアルミの器に入れ、ラップをかけず一晩冷凍。その後、保存袋に密閉して冷凍します。煮るときは、煮立った煮汁に凍ったまま入れて煮込みます。

自宅 次回12月4・5回  
1月1・2・3回(ふくい〜な)