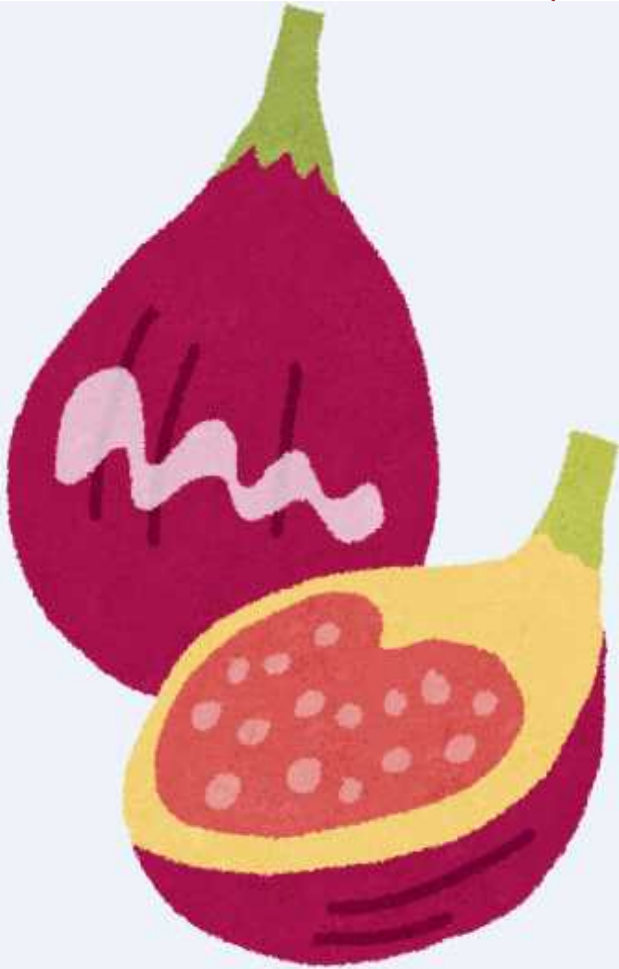


# しばた食の循環応援団のみなさんから 寄せられた、蓬菜柿のご感想



## 平野 喬 さん

((財)地球・人間フォーラム  
専務理事)



「こんなものが届きましたよ」  
(妻)

「いちじく? 大きいね!」(私)

「毎年違うものがいただけるなんてすごいわね」(妻)

「新発田は豊かなんだね」(私)

妻は大のいちじく好き。幼いころ、庭にいちじくの木があり、よく食べたとのこと。その妻が「こんなの初めて」と感嘆の声をあげました。妻が食べていたのは、西洋いちじくだったのか、形も小さく、甘みも薄かったようです。西洋いちじくの甘露煮しか食べたことのない私にとっても蓬菜柿は未知との遭遇のような味と食感でした。

「長生きするもんだね」と夫婦で話し合ったほどのおいしさでした。

## 矢坂 雅充 さん

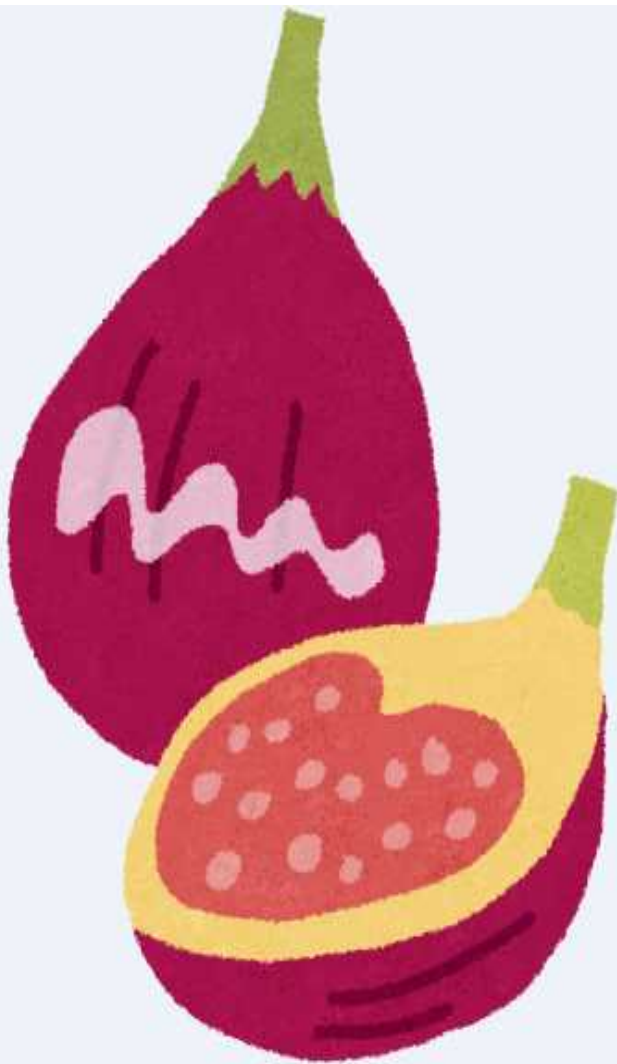
(東京大学大学院経済学研究  
科准教授)



庭の片隅にいちじくの木があった。実を手折ると白い樹液が湧いて出てくるのが不気味だった。

実を頬張ると、その中に蟻がいて閉口することもしばしばだった。日本いちじく「蓬菜柿」は、これまでのいちじくの苦手意識をあっさり消し去ってくれた。甘みと酸味のバランスが絶妙であるうえに、口の中でとろけていく感触は喻えようがない。薄い皮をむいて干してみたら、あっという間に鮮やかな美しい赤に染まっていた。いちじく栽培は剪定の技術や収穫時期の見極めが難しく、誰でも真似できるわけではないという。「蓬菜柿」も長年の経験と細やかな観察の賜なのだろう。「蓬菜柿」は新発田市の大事な宝もの。いつまでも市民に愛されるにちがいない。





## 木村 正晃 さん

(野菜ソムリエ)



この度は季節の物「蓬萊柿」をお送り頂き、ありがとうございました。まずもって姿が美しいですね。樹の上でギリギリまで完熟させていると思われる姿、身が完熟して割れ、中には弾けそうな深紅の身が覗き、「いちじく」らしい「いちじく」です。今、日本で栽培される「いちじく」は、約80%は西洋から来た品種で占められていますが、「蓬萊柿」は「日本いちじく」。日本古来の伝統品種の「いちじく」を食べられることを幸せに思うと共に、生活者とその事をよく理解し、ずっと継続して栽培、食べられる様にしていかなければならないと切に思います。口当たりの良い甘さとコク、皮の薄さなど特筆しています。いわゆる食味がしっかり乗っている「いちじく」です。こんな素敵な「いちじく」を皆さんにより知って頂き、ここにある食楽と季節を一人でも多く満喫して頂けたらと思います。

## 内田 美智子 さん

(助産師・思春期保健相談士)



昔懐かしい味をありがとうございます。あっという間に3個食べちゃいました。

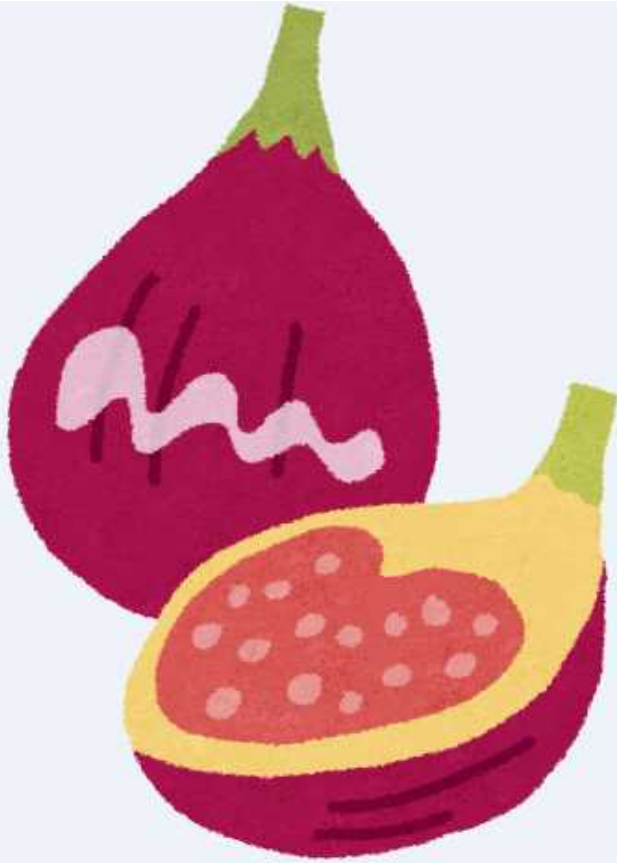
私の地元(福岡県行橋市)もいちじくの産地ですが、品種が異なり、又ちがった味と食感を楽しませて頂きました。

紹介して頂いた甘露煮を作ってみました。レモンがなく、丁度頂いたライムがありましたので、ライム果汁で作りました。さっぱりとした甘さで仕上がり、堪能させて頂きました。

長期保存は皮をむいてラップに包み冷凍すると良いと聞きました。少ししてみます。ずっと楽しめますね。ありがとうございました。

追伸 ジャムも作りました。果肉が赤く(今までのどのいちじくよりも赤い)まるでいちごジャムかと思うくらいきれいなジャムができました。きっといろいろなお料理や、お菓子作りに活躍するでしょうね。





## 竹下 和男 さん

(弁当の日提唱者)



昭和30年代、農家は庭や畑にいちじくや柿を植えていたが、商品として出荷する果物ではなかった。その家族で食べきれない分は近所の子どもたちが自由にとって食べることができる、飢えにそなえる貴重な食べ物だった。十分に熟すまで待っていたら、誰かに食べられると思ったら、白い汁にかぶれて口の端が切れるのを覚悟して食したものだ。

蓬萊柿は、高級なコース料理の最後に供されるエレガントなデザート素材になった。彩り、形、甘さ、食感で秋を満喫させてくれる宝石になった。美味しさと美しさを追求することに妥協しない人の成果だ。感謝。ごちそうさま。

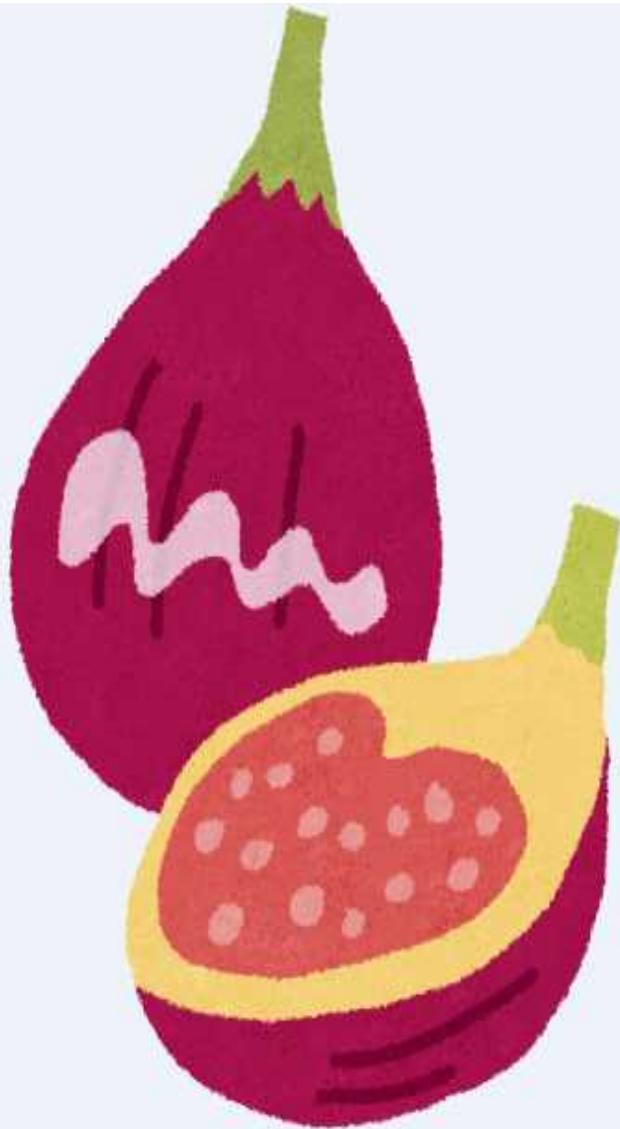
## 加藤 秀夫 さん

(東北女子大学家政学部長、  
県立広島大学名誉教授)



夏の終わりから秋にかけ、店頭でいちじくを見かけるようになります。広島地区では「古江いちじく」が多く出回り、楽しみにしております。今回、新発田の「蓬萊柿」を送っていただき、どちらも歴史ある日本いちじくということを知りました。いちじくは暖かい場所の果実と思っておりましたので、大きく、甘い立派な蓬萊柿に驚きました。あまり流通してないのでしょうか。ともかく、そのまま皮をむいて食べると、ぷちぷちとした歯ごたえとボリュームに満足です。繊維質が多く、腸の働きを助けることとか、ミネラルが豊富なことはもちろん、カルシウムがたっぷりとのこと。季節の恵みを楽しみながら身体にもやさしく優れているいちじくを見直しました。ジャムなどの加工食品も食生活に取り入れたいと思います。





## 服部 一景 さん

((有)開港舎代表)



「ほうらいし」と聞くと「のしいちじく」。まるでパブロフの条件反射だ。味を刷り込まれたのは5年ほど前。

「しばたのおかず」で和菓子の老舗を訪ねた時のことである。以来、寒天寄せの滑らかな風味と上品な甘さが記憶に残った。いちじくなのに柿! ? 蓬萊柿の表記も後押ししたようだ。「のしいちじく」はわが家では定番の新発田土産である。奥ゆかしい甘味とプチプチの食感が生食のおいしさだろう。舌の上で懐かしい味の記憶が弾ける。小学校の帰り道、ざっくり熟れた赤紫の実を食べたのは『三丁目の夕日』の時代である。在来種の伝承は個性あるふる里づくりに欠かせない。

お送りいただいた蓬萊柿、たくさんでびっくりしました。半分は生食でいただきました。冷凍にしたシャーベットもいけました。残りの半分はジャムにして楽しみました。プチプチとさわやかな甘さのジェラートを食べてみたいと思いました。

## 坂東 眞理子 さん

(昭和女子大学学長)



とても甘くねっとりとした食感が良かったです。

いちじくは、すぐ形が崩れ日持ちしないと思い込んでいましたが、冷蔵庫で5日ほど変わらず、しっかり保ちました。きっと、改良されているのだと思います。

ジャムやコンポートも好きですが、久しぶりで、生のいちじくを堪能しました。



## 田中 延子 さん

(淑徳大学看護栄養学部  
客員教授)



爽やかでとろけるような  
素敵ないちじくが届きました  
ので、早速、いちじくのコンポートを作り、毎朝、ヨ  
ーグルトと楽しんでいただいています。

無花果を見るたびに浮かんでくる情景があります。  
私は、北海道で病院の栄養士をしていましたが、あま  
りの調理技術のなさに挫折感に陥り、「喰い倒れの太  
阪」「天下の台所大阪」と短絡的に大阪の調理師学校を  
選び、平野商店の近くに住んでいました。ある時、八  
百屋の店先で見たことのない野菜？果物？を見つけ  
「これ何ですか・・・？」と尋ねたときの八百屋のおば  
さんの呆れ顔が忘れられません。「無花果やんか・・・？」  
きっと無花果も知らないアホ娘だと映ったのでしょ  
う。寒い北海道では無花果は生りませんが、無花果を  
見るたびに当時の無鉄砲な自分を懐かしく思い出して  
います。

### <無花果コンポートの作り方>

|         |         |
|---------|---------|
| 無花果     | 大きめに切る  |
| 砂糖      | 無花果の20% |
| 白ワイン    | 1/2カップ  |
| レモンしぼり汁 | 1/2個    |



無花果に砂糖をふりかけて一晩おき、翌日煮込みます。  
とろみがでてきたらワインと、レモンを加えます。濃  
度が足りない場合は砂糖の量で調整してください。

今回、しばた食の循環応援団の皆様にお送りした「<sup>ほうらいし</sup>蓬莱柿」は、竹内果園 様よりご提供いた  
だきました。

### 【竹内果園】

住所：〒957-0021

新発田市五十公野 882

電話：0254-24-8704