

大和野菜は「大和の伝統野菜」と「大和のこだわり野菜」

野菜は日々品種改良され、おいしいものが手軽に安価で入手できる。一方で、作りやすく、流通に適した新しい品種に押され、古くから地域で作られてきた伝統野菜は作られなくなる傾向にあった。

しかし近年、地産地消が意識されるようになり、農産物直売所等の増加によって作る人と食べる人の距離も近くなったことで、あらためて地域の伝統野菜が見直されている。

奈良県では、県の特産品として特徴をアピールできる野菜を「大和野菜」に認定している。

大和野菜には二種類ある。

一つは「大和の伝統野菜」。戦前から奈良県内で生産が確認されている品目で、地域の歴史・文化を受け継いだ独特の栽培方法などにより、「味、香り、形態、来歴」などに特徴を持つもので、20品目が認定されている。その野菜を使った料理と共に地域で受け継がれ、地域の食文化を支える食材もある。

もう一つは「大和のこだわり

美味あふれる！
美味しい大和野菜

地域に行ったら、地域のおいしいものが食べたい！
来た人に食べてもらいたい！そんなとき、
ぜひ奈良県認定「大和野菜」に目をつけて。

大和の
伝統野菜

野菜。栽培や収穫・出荷に手間をかけて栄養やおいしさを増した野菜や、奈良県オリジナルの野菜で、5品目が認定されている。



花みょうが

花みょうがは日本を代表する香味野菜。五條市などの山間部で古くから栽培されてきた。葉味や漬物に適している。

主な生産地／五條市、吉野郡 他



大和きくな

葉が大きく、香りの優しい中大葉系統が県内で選抜された。奈良市等では中大葉系統、曾爾村等では中葉系統が生産されている。

主な生産地／曾爾村、奈良市 他



大和まな

漬け菜の一種で、かつては奈良県内で冬の野菜として広く親しまれていた。柔らかく、甘く、くせない味が魅力。

主な生産地／大和高田市、宇陀市 他



宇陀金ごぼう

土に含まれる雲母が付着して光り、縁起物として珍重される。肉質が柔らかく、ごぼう特有の香りが高い。

主な生産地／宇陀市



ひちとうがらし

細身で皮が柔らかい甘味種のとうがらし。自家消費用として作られていたが、近年は直売所で販売されることも。

主な生産地／県下全域 他



軟白ずいき

サトイモの葉の軸を、光を遮って白くやわらかく育てたもの。あくが少なく、料亭等で高級食材として利用されている。

主な生産地／奈良市



大和いも

江戸時代後期には県内で栽培されており、戦前には関西の市場で名声を得ていた。すりおろすとねばりが強い。

主な生産地／御所市、天理市



祝だいこん

奈良の雑煮には、円満（角が立たない）を意味する輪切りの祝だいこんが欠かせない。直径3cm程度で収穫する。

主な生産地／宇陀市、奈良市、桜井市、葛城市、吉野町 他



結崎ネブカ

江戸時代からネギの産地であった川西町で栽培されている。柔らかくて甘みがあり煮炊き料理に向く美味しいネギ。

主な生産地／川西町



小しょうが

筋が少なく、歯切れのよい食感で、辛味が強い。甘酢漬や奈良漬に使用される。

主な生産地／奈良市



種は絶滅すると二度と復活できない財産だ。ジーンバンク (gene bank / 遺伝子銀行) とは、種 (種子) の銀行のこと。銀行がお金を扱うように、種の収集保存、特性調査、配付などを行う。

ジーンバンク事業は国でも行っているが、奈良県では平成28 (2016) 年から、宇陀市の大和野菜研究センターで地域密着型のサービスを開始した。

対象は、大和野菜だけではなく「奈良に歴史的ゆかりのある遺伝資源」。自家採種によって受け継がれてきたもの、地域に根ざしたものを全般とされている。

奈良県のジーンバンク (遺伝子銀行 / 種子の銀行)

- 1 収集・情報管理**
種の情報は、農家に訪れる機会の多い農林振興事務所の職員の協力も得て集めている。特徴や栽培方法、食べ方などを聞き取り、所有者にジーンバンクの取り組みを説明する。保存以外に次の利用をすることの了承が得られた場合のみ、種を集める。
・品種改良時の親 (育種素材) としての使用
・配付 (配付先や条件は所有者の希望を尊重)
- 2 保存**
種を種子貯蔵庫に保存する。いつでも発芽できる状態である必要があるため、定期的に発芽率を調査し、発芽率が低下したものをや保存量が少ないものは、栽培・採種して更新する。
- 3 特性調査**
新しい種は実際に栽培を行って特性を確認する。同種の別品種を同時に栽培し、実の成り具合や病気抵抗などを比較する。
- 4 配付**
試験研究や県内の産地振興が目的の場合、依頼があれば、可能な範囲で無償で配付提供している。



保存

同じ名前でも呼ばれていても、色や味などの特性が違う場合がよくある。採取した単位で固有番号を付け、データベースで管理する。



保存設備

保存容器はキャビネットで整理されている。部屋の温度は5度、相対湿度は30%。2000個以上の種が保存管理されている。



発芽試験

水で湿らせたペーパーに種を置き、恒温器に入れて発芽試験を行う。



特性調査

同じ種の別の品種のものと比較し、特性調査をする。



採種

栽培して種を取る。採種栽培時のスペースを節約できるよう、ポット栽培するなど工夫をする。

ジーンバンク業務は次のとおり。アナログでの地道な作業となる。



黄金まくわ

奈良時代から食されてきたマクワウリは、県内では「マッカ」の愛称で親しまれている。黄金色の果皮が特徴。

主な生産地 / 県下全域



紫とうがらし

色鮮やかな紫色の甘味種のとうがらし。加熱すると薄黄緑色に変わる。辛みが出ることはほとんどなく、完熟すると甘みも増す。

主な生産地 / 県下全域



片平あかわ

山添村片平地区で栽培される赤いカブ。毎年品評会を開催して優良系統を選抜し、種子を守り続けている。

主な生産地 / 山添村



大和三尺きゅうり

大正以降、優良な系統が選抜され、昭和40年代まで大和高原一帯で栽培されていた。現在は奈良漬用として契約栽培されている。

主な生産地 / 奈良市 他



大和丸なす

つやのある紫黒色の大型の丸なす。緻密で煮崩れしない肉質が特徴。料亭等で高級食材として利用されている。

主な生産地 / 大和郡山市、奈良市 他



下北春まな

大ぶりで丸い葉は、肉厚で味が濃い。下北春まなで作るめはり寿司は山仕事の御馳走として親しまれてきた。

主な生産地 / 下北山村



筒井れんこん

大和郡山市の筒井城跡周辺は土質が柔らかく地下水も豊富で、古くから蓮根栽培が盛ん。ほどよいシャリシャリ感がある。

主な生産地 / 大和郡山市



味間いも

昭和初期に田原本町味間の生産者が奈良県農事試験場から優良な種芋を譲り受け、現在まで受け継いできた里芋。

主な生産地 / 田原本町、天理市



黒滝白きゅうり

黒滝村で江戸時代からの種子を受け継いできた。皮が薄く、えぐみがなく、コリコリした食感。漬物にする。

主な生産地 / 黒滝村



大和ふとわざ

白い部分は生のままでは辛く、熱を加えると甘くなる。緑色の葉先まで美味しく食べられる。洋食にも合う。

主な生産地 / 県内全域



香りごぼう

金剛・葛城山麓の扇状地の、砂質で排水のよい土地を活かして作られる春ごぼう。香りが良く、柔らかい。

主な生産地 / 五條市



半白きゅうり

戦前は主に漬物利用向けの半白系品種が盛んに栽培されていた。現在は一部地域で生食にも適する半白系品種が生産されている。

主な生産地 / 葛城市 他



大和寒熟ほうれん草

品種を厳選し、大和高原地域の寒さを利用して栽培。糖度10%を超えたものだけが「大和寒熟ほうれん草」として出荷される。

主な生産地 / 曾爾村、宇陀市、桜井市

大和の こだわり野菜



朝採り野菜

気温が低い朝に収穫することで、みずみずしさが保持される。その日のうちに小売店で販売する。

大和野菜の生産振興に活用！
栽培技術の研究

奈良県大和野菜研究センターは、昭和47（1972）年に農業試験場高原分場として開設され、平成26（2014）年にそれまでの高原農業振興センターから組織改編した。発足当初は「地域の生産者、農協と一体となった研究推進」を掲げ、「大和高原地域の特産品の開発」「開発造成畑を利用した野菜の大規模栽培」が主要な研究テーマだったが、平成28年度からは、「葉草栽培技術の開発」「遺伝資源の保護」にも取り組んでいる。

栽培技術の研究成果は、大和野菜の生産振興に活用されている。例として、「大和のこだわり野菜」に認定されている「大和寒熟ほうれん草」の取り組みが挙げられる。大和寒熟ほうれん草は大和高原地域の冬の厳しい寒さを利用して栽培される味にこだわった奈良県オリジナルほうれん草で、寒さから身を守るために体内に糖を蓄えるほうれん草の特性を利用しており、フルーツのように甘い。既存の品種の中から、甘いだけではなく、えぐみが少なく食味の優れた品種を選抜し、どの品種を、いつ種まきをして、どんな条件で育てれば、糖度がどのくらいになるのかを試験。生産

出荷組織の代表者 J.A.奈良県で構成する大和寒熟ほうれん草協議会を設立し、栽培マニュアルを策定した。また、ハウス毎に出荷前に実際にほうれん草から搾汁して糖度を測定し、糖度10%を超えたハウスのものだけが「大和寒熟ほうれん草」の名前で出荷されるようになっていく。こうした取り組みを経て、大和寒熟ほうれん草は大和のこだわり野菜として登録された。特に、曾爾村ではトマトと合わせて販売に力を入れており、オンラインショップ「そのわマルシエ」では、冬になると、大和寒熟ほうれん草そのものだけでなく、おいしく食べるための鍋セットを販売している。

生産者インタビュー



大和丸なす農家
中西農園
中西昭仁さん

大和丸なすは、大和郡山市平和地区を中心に古くから生産されている。直径約10cmと大きく、光沢のあるつややかな紫黒色が美しい。今回は大和丸なす生産者の丸三出荷組合の組合長、中西農園の中西昭仁さんに話をうかがった。

丸なす以外の野菜や果物も作っていたんですが、大和丸なすだけは切らず作り続けていますし、種も採り続けています。

よく知られるようになったのはここ10年くらいですね。地元で販売するより、市場規模の大きい他県で販売する方が多かったです。でも、美味しいし、せっかく作っていて、大和の伝統野菜として大和野菜にも認定されているのに、あまり知られていないのが悔しくて、奈良で売りたいと思いました。

「近年、大和丸なすを奈良県内の店頭でよく見かけるようになり、名前も知られるようになったように感じます。」

昔から、この大和郡山地域はイチゴの栽培が盛んでした。イチゴの栽培が終わったあとに作れるものはないかということで、曾祖父が丸なすに目をつけたのが始まりだったそうです。そこから徐々に、良質のものを選抜し、種をとり続けているので、60年以上、丸なすを作っています。中西農園としては、大和

「県内のどんなところで大和丸なすを食べられますか？」

身近なところでは学校給食があります。大和郡山市の小中学校や、奈良市の小学校で大和丸なすを使ってくれています。大和郡山市は地元の野菜ですし、授業で農業体験にも来てくれるので、子どもたちはみんな大和丸なすを知ってくれています。

近隣にある大型商業施設とも縁ができました。給食に使われている安全性の高い地場野菜ということで、販売されるようになり、県内の大学と協力して大和丸なすを使った実証実験なども行っています。

「スーパーでお惣菜として作られた大和丸なすのメニューも評判になりました。」

コロナ禍で外食を控えるようになると、自宅で食べられる加工食品の役割が大きくなりますね。無印良品イオンモール大和郡山では、期間限定で「大和丸なすと手作りグリルチキンの照り焼き



ピッツア」が販売されました。

スーパーヤオヒコの「大和丸なすの味噌チーズ焼き」が、全国スーパーマーケット協会主催「お弁当・お惣菜大賞2023」の惣菜部門で最優秀賞に選ばれ、この反響は大きかったです。たくさんのお取材が来てくれました。

「ナスと言えば夏野菜のイメージがあります。」

最近夏が暑すぎて、8月になると採れなくなりました。メインの出荷シーズンは4月の後半から7月ごろです。タケノコが終わるころに出始めるというふう覚えてください。

「最後に、大和丸なすのおすすめの食べ方を教えてください。」

素揚げして酢醤油で食べるのが、一番好きですね。シンプルで素朴でいい。沢山揚げて、余ったら麵つゆにつけておいたら、次の日も食べられます。

どこで買える？大和野菜



初物を食べて季節を感じたり、旬の最高に美味しい時期に食べたい大和野菜。近年では生産者の名前がわかる購入場所が増えている。

そういった場所では、地域によって品目に違いはあるが、大和野菜も販売されているところが多い。

是非入手して、大和野菜の味を、そしてその野菜をはぐくんだ奈良の自然を感じてほしい。

農産物直売所

JR奈良駅構内には、奈良県アンテナショップ「奈良のうまいものプラザ」がある。また、県と協定を結んだ直売所「地の味 土の香」が県内に42店舗ある。



うまいものプラザ
ホームページ



地の味 土の香
ホームページ

スーパーの地場野菜コーナー

地産地消を謳い、奈良県の農家と契約して、特設コーナーを設置していることも。

道の駅

道の駅には農産物直売所を併設しているところが多い。道の駅併設のレストランでは、旬の奈良県産野菜を使ったメニューを提供しているところも少なくない。

