

## 24. 加賀つるまめ

### 繊維質が豊富な、金沢の代表的な夏野菜

見た目はサヤエンドウのようだがそれよりも大きく、肉厚で歯ごたえがしっかりとしている「加賀つるまめ」。加賀野菜のひとつで、石川県では主につるまめと呼ぶが「千石豆」「インゲン豆」「フジマメ」などと場所によって呼び名が変わる。正式には「フジマメ」で、東南アジアやインドが原産。平安時代の字典『新撰字鏡(しんせんじきょう)』や、現存する日本最古の薬物辞典『本草和名(ほんぞうわみょう)』などにすでにその名が登場し、渡来した年代は古い栽培されていたかどうかは不明。また隠元(いんげん)禅師が慶安3(1650)年頃中国から導入したという説もある。収量が多く、だら(金沢弁で「馬鹿」を意味する)ほど採れることから、金沢では「だらまめ」とも呼ぶ。栽培が盛んなのは関西と中京、北陸が主で、そのほかの地域ではこの豆はほとんど食べられていない。高温には強いが低温には極めて弱いため、東日本では栽培ができずなじみが薄いようだ。

肉厚で繊維質をたくさん含むこの豆は、煮物や塩茹でにして和え物にすると、その独特なざくざくの食感が際立つ。ツナとマヨネーズで和えたら、お酒のおつまみにもいい。今も変わらず金沢の夏の味覚として親しまれている。



加賀つるまめ



加賀つるまめの栽培風景



加賀つるまめのツナ和え

**メモ** 出荷時期は6月上旬～10月下旬。加賀野菜を販売している店や料理方法、食べられるお店の情報など、詳しくは金沢市農産物ブランド協会のホームページへ。

**問い合わせ先** 金沢市農産物ブランド協会 TEL076-222-0831

<http://www.kanazawa-kagayasai.com/>