

26. 金時草

由来に歴史ロマンを感じる、色鮮やかな野菜

生活習慣病予防にすぐれた野菜「金時草」は、ビタミンA、鉄分、カルシウムを含み、血圧の抑制効果も認められる。金沢で栽培される加賀野菜のひとつ。

金時草は「キンジソウ」と読み、正式名はスイゼンジナ（水前寺菜）という。キク科ギヌラ属の多年草で、熱帯アジアが原産。日本には18世紀中国から渡来したもので、九州の熊本県熊本市で古くから栽培されていたので水前寺菜の名がついたとされている。藩政時代にすでに金沢で栽培されていた記録が残るが、なぜ金沢に伝わったのかは不明で、多く栽培されているのは全国的に見ても金沢だけというのも謎のまま。

加賀野菜保存懇話会の会長・松下良氏によれば、北前船の船乗りたちが長い航海の途中、水前寺菜を格好のビタミン補給源として重宝し、その一部が金沢で挿し木にされて活着したのではないかと推測される。北陸の気候や気温差、酸度の強い土壤により、紫色が強くなり、水前寺菜とは別の野菜に変身したのではないかといわれる。

金沢で本格的に栽培されるようになったのは昭和初期から、市場に出荷されるようになったのは昭和37（1957）年頃からといわれ、一般に広まったのは比較的最近のことである。

人気の食べ方は酢の物やおひたし、天ぷらなどである。茹でるとモロヘイヤを思わせる独特のぬめりが出て、つるっとした食感が楽しめる。

また、前述の松下氏によれば、このしぼり汁の美しさ（色素のアントシアニン）に着目してこれで初めてシャーベットを作ったのが石川県出身の料理人・道場六三郎氏。それ以来、この色素を使ったさまざまな商品が登場するようになったといわれる。



生の金時草



金時草の栽培風景



金時草の酢の物

メモ 出荷時期は6月下旬～11月中旬(露地栽培)。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/>