

《中部西和賀》西和賀町の生産者から学ぶ！西わらび料理教室を開催

とろっとした食感が特徴で人気の西わらびについて、より多くの方にその美味しさを知ってもらうため、北上地方農林業振興協議会では5月16日（土）に北上市保健・子育て支援複合施設 hoKko もぐもぐキッチンで「西わらび料理教室」を開催しました。

西和賀町の特産の山菜、西わらびは太くてやわらかく、独特のトロリとした食感が特徴です。令和6年1月に山菜で初めて国の地理的表示（GI）制度に登録されたことをきっかけに、食べ方の提案や美味しさの発信を目的としたイベントが行われています。

今回は、やまに農産つきざわワラビ園の高橋医久子さんを講師に迎え、北上市など西和賀町近隣の市町村にお住まいの方約20名を対象に、生産者直伝の美味しい食べ方を教えていただきました。

西わらびはアク抜きの際に火を通しすぎるとやわらかく溶けてしまうため、火加減や時間などのコツを学びました。参加者からは「初めて挑戦したが、説明がわかりやすかったので家でも試したい」と好評でした。また、アク抜き済みの西わらびを用いて、家庭で作れる「卵巻き」や「白和え」なども調理し、試食をしながら講師から西わらびの特徴などをお聞きしました。

本イベントを通じて、西わらびへの理解が深まり、旬の時期には、西和賀町を訪れて西わらびを購入する方が増えることが期待されます。



（西わらびの特徴について説明する講師）



（講師のデモンストレーションに見入る参加者）