

<sup>なたね</sup>洋種菜種を食用として選抜したもの。冬から春にかけて味わうことができる。柔らかくてほのかな苦味が特徴。

## ナバナ

### ○特 徴：

新芽や若い茎葉を食用としている。菜種油用に栽培していた洋種菜種を食用として系統選抜したもの。柔らかくてほのかな苦みが癖になる大人の味。ビタミンAが豊富。



### ○食べ方：

塩ゆでして、お浸しやごまあえ、サラダにする。アクがなく食べやすい。

### ○来 歴：

平成5年頃に三重県で栽培されていた洋種菜種を導入したのが始まり。部会員が系統選抜を繰り返し、地域に適した系統を育成。主に岩出市内で栽培されている。



○ 旬 ： 11月下旬～4月上旬

○産 地：岩出市

○生産量：25 t（H24年度）

○問い合わせ先：JA紀の里岩出集出荷場（代表0736-62-2533）

○出荷期間：11月下旬～4月上旬

○販売単位：200g/袋、6kg/箱