

## ふくしまブランド探訪

# 紅御前 (ニンジン)

金時人参(京人参)と五寸人参を交配した新品種。トマト並みに含まれたリコピンによる鮮やかな赤と味の濃さが特徴です。収穫は11月~3月。ニンジン独特のクセがありません。

鮮やかな紅で食卓に彩りを



甘さに  
びっくり!

有限会社 鈴木農園  
すずき きよみ  
鈴木 清美さん

郡山ブランド野菜協議会  
ホームページ <http://www.brandyasai.jp/>

「郡山ブランド野菜」紅御前の生産者、鈴木清美さんにお話を伺いました。

「紅御前の強い甘みと味の濃さにひかれ、このおいしさを多くの人に知ってもらいたくて栽培を始めました。ニンジン特有の匂いが少なくて苦手な人でも食べやすいと思います。生で食べるとよく分かりますよ」

「紅御前を使った料理教室をした時、幼稚園のお子さんも甘さに驚いて感動していました。今後は収穫を体験していただいて『おいしく食べる』、食育にも携わりたいです」

郡山ブランド野菜協議会の一員でもある鈴木さんは、植え方や肥料などを会員の皆さんと話し合い、紅御前の味と認知度向上に努めています。

### 万能&カロテンたっぷり 生ニンジンタルタル

子どもが喜ぶニンジンレシピです。生野菜や温野菜、チキンや白身魚のソテー、唐揚げにかけてもおいしいですよ。

#### ワンポイント

ゆでたまご、マヨネーズを入れなければニンジンドレッシングに。酢の量はお好みで!

#### 材料 (2人分)

皮付きニンジン…1½本  
玉ねぎ…½個  
ゆでたまご…2個  
にんにく…½片

#### 調味料

油…25cc  
酢…大さじ 1½  
砂糖…大さじ ½  
塩・こしょう…少々  
うま味調味料…少々  
マヨネーズ(お好みで)…少々



#### 作り方

- ① 玉ねぎは薄切りにして水にさらしておく。
- ② 水を切った玉ねぎとニンジン½本、ゆでたまご、にんにく、調味料(マヨネーズとうま味調味料以外全部)をミキサーにかける。
- ③ ②にマヨネーズとうま味調味料を混ぜて味を調える。
- ④ 残ったニンジンを細長く切ってゆでる。③をかければできあがり。



とむらじゆんこ  
レシピ考案者 戸村 順子さん(西郷村)

レシピのご応募  
ありがとうございました!

作って  
みよう!

レシピ  
大募集!

次号は  
「雪下  
キャベツ」。



「ふくしまブランド探訪」では、皆さんが考えたオリジナルレシピを募集しています。今回は、キャベツのレシピを大募集! ふるってご応募ください。

#### 応募方法

郵便はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・2人分のレシピの材料と作り方、一言コメントをご記入の上、下の宛先までご応募ください。採用された方には、福島の特産品などをプレゼントする予定です。

#### 郵送先

〒960-8670 県庁 広報課  
「ふくしまブランド探訪 レシピ」係  
お預かりした個人情報、記事や取材などにのみ使用いたします。

Eメール・ファクス  
もOK!  
16ページを  
ご覧ください。