



〒916-8666 福井県鯖江市西山町 13 番 1 号
TEL.0778-53-2232
E-mail : SC-NoSeisaku@city.sabae.lg.jp

監修・発行 鯖江市農林政策課



吉川ナス
美味しい
レシピ

清らかな水と空気
肥沃な大地が育てた
鯖江市の伝統野菜



伝統野菜等栽培研究会の発足

鯖江市には大小いくつもの河川が流れ、肥沃な土砂が堆積した農地が広がっています。吉川ナスはその肥沃な大地に根を張り、生産全盛期にはリヤカー一杯の吉川ナスが旧吉川村から関西方面に続々と出荷され人気を博していました。

しかし、吉川ナスはその高度な栽培技術や伝統野菜であるが故の種の毎年の自主確保などが障害となり、農業の衰退に伴って栽培農家・出荷数量ともに激減していきました。平成も20年を数える頃には栽培農家は市内で1軒のみとなり、地域の宝である伝統野菜としての継承も危ぶまれるようになりました。

こうした背景を受け、市内農家有志が立ち上げたのが伝統野菜等栽培研究会です。ただ1人吉川ナスを守り続けた農家から種を譲り受け、育苗から収穫までの間に定期的な栽培講習会を開き、栽培技術の向上・生産量の増加に努めています。

研究会が栽培した吉川ナスは、都内の一流レストランや料亭にもその品質や味を認められ、研究会員の励みになっています。失われつつあった鯖江の伝統野菜吉川ナスを後世に継承していきたい、多くの人に食べて欲しいという発足当時の思いを忘れずに研究会は日々活動しています。

名称の来歴

丸ナスには「巾着」、「芹川」という品種があり、その分系に「吉川（きっかわ）」という品種がありますが、現在の吉川ナスがこの品種を指すのか、あるいは昔から鯖江市の旧吉川村で在来品種として作られていたことからその地名を命名したのかは定かではありませんが、栽培の歴史はかなり古く、諸形質の類似性および地理的・文化的なつながりからみて、京都の「大芹川」とは類縁関係にあるとみられています。

品種の特性

扁球～やや巾着の丸型のナスで、肉質は締まっていて緻密です。油との相性が良く、田楽等に適しているが煮物や清物にも使われます。果実の色は黒紫色で、光沢が良いです。果実は200～300g程度で着果数は少ないですが、草姿は立性です。茎は太く、莖葉や果実のへたにはトゲを生じます。

トルバムを台木として育て、そこに吉川ナスを接木するのが一般的な栽培法です。非常に繊細な品種なので、栽培管理に十分注意をしながら、十分に水と肥料を与えて栽培しています。

樹勢の維持を図るため、最初の蕾（元なり）から下二本の側枝を残して、その下の側枝は早めに掻き取り、主枝を含め、三本仕立てとしています。

果実が大きくなりすぎないように注意し、出荷する際には肌を傷めないようフルーツキャップをかぶせる等の工夫をしています。

ナストマ・ナストマ

制作 野の花工房：佐々木京美

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 1個
 - ・トマト 1個
 - ・ベーコン 2切れ
 - ・ピザ用チーズ 大さじ4
 - ・サラダ油 適量
- 【ドレッシング】
- ・オリーブオイル 大さじ3
 - ・酢 大さじ2
 - ・しょう油 大さじ1.5
 - ・玉ねぎ (みじん切り) 大さじ3



吉川ナスを焼くときは、油を多めに使用することが、おいしさの秘訣!! トマトは加熱用を使用するとコクが出ます。しっかりと焼いたトマトと一緒に食べると、吉川ナスのおいしさが一層引き立ちます。

作り方

- ① ドレッシングの材料を、よく混ぜます。
- ② 吉川ナスとトマトを約 1.5cm の厚さに切ります。
- ③ 油をひいて熱したフライパンでナスを焼き、皿に取っておきます。引き続き、トマトとベーコンを焼きます。
- ④ お皿に、ナス→トマト→ナス→ベーコン→トマトの順に重ねます。
- ⑤ 熱したフライパンにチーズを入れ、溶けてきたら④にかけます。お好みでバジルを飾り、ドレッシングをかけます。

吉川ナスとタコの バレンシア風トマト煮込み

制作 野菜ソムリエ
コミュニティー福井

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 1個
- ・玉ねぎ 1/4 個 (50g)
- ・ゆでタコ足 50g
- ・にんにく 1かけ
- ・水煮トマト缶 100g
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・白ワイン 大さじ2
- ・塩、こしょう 適量



【☆】

- ・固形スープの素 1個
- ・砂糖 小さじ1
- ・赤とうがらし (種をとる) 1/2 本



ナスとトマト、オリーブオイルの相性はぴったり! 実がしっかりした吉川ナスは煮込むと、とろっとした食感です。にんにくの風味と赤唐辛子がぴりっときて、夏バテ防止に。

作り方

- ① 玉ねぎは粗みじん切り、にんにくはみじん切りにします。
- ② 吉川ナスは7mmくらいの乱切りにし、水にさらす。タコは小さめの一口大に切ります。
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを入れ弱火でじっくり炒め香りを引き出します。
- ④ 玉ねぎも加え透き通るまで炒め、水を切ったナス、タコも加え中火でしんなりするまで炒めます。
- ⑤ 白ワインを加え一煮立ちしたら、水 50cc、水煮トマトを加えます。☆を加え 15 分程度煮込みます。塩、こしょうで味をととのえます。

吉川ナスのステーキ

制作 野の花工房：佐々木京美

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 1個
- ・サラダ油 適量

【みそソース】

- ・みそ 40g
(すり鉢ですっておく)
- ・砂糖 大さじ3
- ・みりん 大さじ1



厚めの輪切りにした吉川ナスを熱した油で蒸し焼きにすると、締まった肉質に油がしみ、口の中でとろけるような味わいは格別です。

作り方

- ① ヘタを取り横にして1.5～2.0cm幅に輪切りにし、水につけてあく抜きします。
- ② 水気をふきとり、7mm角に格子状の切り込みを両面につけます。
- ③ 油を十分熱したフライパンにのせて片面に焦げ目が付いたら裏返します。
- ④ 中火にして蓋をし、3分～5分蒸し焼きにします。
- ⑤ みそソースの材料を鍋に入れ火にかけてとろみのつくまで練ります。それを皿に盛った焼きナスの上にかけます。

吉川ナスのあんかけ ゆずうに添え

制作 農業公社グリーンさばえ

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 2個
- ・サラダ油 適量
- ・大葉 2枚

【☆】

- ・和風だし(白だし) 50cc
- ・こんぶだし 小さじ2
- ・ハチミツ 適量
- ・水 100cc
- ・片栗粉 とろみが付く程度

【ゆずうに(地場産調味料)】

- ・ゆず(皮をむく) 1個
- ・赤ピーマン 1個
- ・唐辛子(種をとる) 適量
- ・塩 少々



この料理は、吉川ナスの柔らかさと、ゆずのさわやかさがマッチした、残暑厳しい季節にぴったりの一品です。

作り方

- ① 吉川ナスはヘタと底の部分を切り落とし、170～180℃の油で焦げ目がつくまで素揚げします。
- ② 片栗粉以外の☆の材料を鍋に入れ火にかけて、煮立ったら水で溶いた片栗粉でとろみを付け、皿に盛った①の吉川ナスにかけます。
- ③ ゆずうにの材料をミキサーにかけ、塩で味を調えます。
- ④ ゆずうにを②に添え、大葉を飾ります。

吉川ナスとかぼちゃの おろし和え

制作 天谷調理製菓専門学校

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 1個
- ・かぼちゃ 100g
- ・トマト 1個
- ・揚げ油 適量

【漬け汁】

- ・大根おろし 1カップ
- ・レモン汁 大さじ1
- ・しょう油 大さじ1.5
- ・あさつき (小口切り) 2本
- ・酢 小さじ1



夏野菜は身体を冷やす作用がありますが、ナスはその代表です。かぼちゃは長生きの素といわれるビタミン・ミネラルぎっしりのバランスの取れた栄養食品。ナスとともに、カラリと揚げたておいしさアップ!!

作り方

- ① 吉川ナスとかぼちゃは1.5cm角に切り、油でよく揚げます。
- ② トマトは皮を湯むきし、①と同じように切ります。
- ③ 漬け汁を合わせ、味をととのえてから①・②と合わせます。

吉川ナスの揚げ浸し

制作 天谷調理製菓専門学校

材 料 (2人分)

- ・吉川ナス 1個
- ・揚げ油 適量
- ・カツオ節 適量

【浸し地】

- ・だし汁 3ml
- ・酒 大さじ2
- ・みりん 大さじ3
- ・濃口しょう油 大さじ2
- ・唐辛子 (輪切り) 1本



ナスは揚げたてを浸し地に漬け込み、味をなじませましょう。

作り方

- ① 吉川ナスは、がくの先のかさの部分を取り、縦にくし型に切り揚げ油で揚げます。
- ② 鍋に浸し地の材料をすべて合わせ入れ、火にかけます。ひと煮立ちさせてアルコール分を飛ばし、ボウルに移し冷まします。
- ③ ①のナスを②に漬け、味をなじませた後、カツオ節を天盛りにして器に乗せます。

ナスの包子 (中華まん)

制作 農業公社グリーンさばえ

材 料 (2人分)

【 具 】

- ・吉川ナス 1個
- ・油 大さじ2
- ・みそ 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・砂糖 小さじ2
- ・マヨネーズ 大さじ2

【 生 地 】

《 A 》

- ・薄力粉 1カップ
- ・重曹 小さじ 1/6
- ・砂糖 小さじ2

《 B 》

- ・水 大さじ3
- ・サラダ油 小さじ1
- ・酢 小さじ2

作り方

- ① 《具作り》吉川ナスを1cm角のサイの目切りにし、油で炒めて火が通ったらみそ・みりん・砂糖・マヨネーズで味をつけて冷ましておきます。
- ② 《生地作り》ボウルにAの材料を入れ、泡立て器でほぐすように混ぜます。さらにBの材料を順に加え、ゴムベラで切るように混ぜ合わせます。材料が混ざったら手で生地をまとめ、10回ほどこねます。
- ③ 生地を4等分し、手で丸めてから薄くのばし、具を真ん中において包み、生地を紙カップに入れ、蒸し器で15分程度蒸して完成です。



アツアツはもちろん、冷めても
生地に味が染み込んで美味しい！
中の具はお好みでピリ辛の
麻婆ナス風でもOK。

吉川ナス ロゴマーク作品集

吉川ナスのロゴマークを公募し、最終選考に残った作品です。採用作品は裏表紙にございます。

