

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 2/July/2012/vol.203



## 姫ちんげん（静岡県産）Baby Bok Choi

以前、コンシェルジュで御紹介したミニミニ青梗菜よりはひと回りほど大きい姫ちんげん。長さは12センチほど、従来の青梗菜よりは数段可愛い小さなサイズとなります。特徴は青梗菜特有の扇の様な葉形をしっかりと残しながらも茎部分は比較的華奢なため、火の通りが格段に速いこと。それにサラダで食していただいてもサクサクと食感の良い後味と青梗菜独特の風味を残しますので、その形そのまま、美しい緑色そのままにお使いいただけます。青味の飾りでお使いいただいてもよいですし、しゃぶしゃぶなどさっとお湯を通して頂くものにも、主菜と共に手軽にお使いいただける大きさです。根元をカットするだけで3~4枚の葉がバラリとほぐれますので調理も簡単。細かくカットする手間が省けます。もちろんそのままでも可愛い小さい青梗菜、お皿の上で目を引くことうけあいの食材でもあります。青梗菜は日本でもポピュラーな野菜ですが、普通サイズのは茎の太さも、どちらかというどっしりとした容姿に火の通りも時間がかかるものではあります。しかしこの姫ちんげんは、青梗菜の緑の美しさ、そして葉の可愛い形もじっくりと楽しむことができます。株ごとお召し上がりになれることも、従来の大きな青梗菜ではありえなかったことでしょう。ちよっとお洒落な姫ちんげん。お料理を一段と楽しく演出してくれる小さな、けれど強い味方です。