

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 25/Aug/2014/vol.311



オクラスプラウト（岐阜県産）Okra sprout

ネバネバ野菜の代表格とも言われている「オクラ」、野菜として栽培されていた歴史としては古く、約2千年前ほど前のエジプトが起源とも言われています。寒さに弱く、暑いところでは周年でよく育ち、そんな暑さの中で人々の健康や食欲増進に一役買つてることは想像ができます。日本では専ら夏野菜として普及していますが、その粘りを生かした様々な喉ごしの良いお料理もすっかり夏の風物詩となっています。このオクラスプラウトは、スプラウト栽培で有名なサラダコスモの商品です。サラダコスモはその栽培方法もオリジナルのスタイルを確立し、化学肥料を使わずに安心安全に質の良いスプラウトを生産することで知られています。写真でご覧になるとわかるように、オクラスプラウトの葉は可愛らしいスペードのような形をしており、茎に対して個性的な葉のつき方が面白いスプラウトです。生のままでも良いのですが、少々青臭さが気になる場合はさっと湯がいていただいてもお使いになれます。食感はシャキシャキとした歯ごたえのうちに、オクラ独特の粘りがほのかにやってきます。オクラ本体の強い粘りとは違う優しい粘りは、サラダやスープの浮き身、そして付け合せやトッピングとしても面白いかもしれません。スプラウトには成体の物とは違い、発芽するときに必要な特別な栄養素がギュッと凝縮されているのが特徴です。栄養たっぷりのこんな可愛らしい姿でお料理に登場すると、同じオクラでもまた印象も変わりますね。