

**【収穫時期】**

11月～3月

【市内の主な産地】

茶屋町地区、庄地区ほか

倉敷市農林水産課 **検索**

**【品名】****春菊（しゅんぎく）****【科】**

キク科

【概要】

春になると菊のような黄色い花を咲かせることから「春菊」という名が付けました。食用としているのは日本を含む東アジア一帯で、ヨーロッパでは観賞用として栽培されています。特有の香りを持つ葉と茎が特徴の野菜です。

【ルーツ】

地中海沿岸が原産で、室町時代に日本へ伝わり、江戸時代に本格的に作られるようになったといわれています。

【選び方】

葉の緑色が濃く、香りの強いものが新鮮です。

簡単レシピ

◎ 春菊のオープンオムレツ

(材料 4人分)

春菊……………30g
卵……………3個
ハム……………30g
粉チーズ…20g

オーロラソース
〔トマトケチャップ…大さじ1~2
マヨネーズ……………大さじ1~2
塩……………少々
バター…10g

(作り方)

- ① 春菊はサッとゆでて冷水にとり、水けをしぼってザク切りにする。
ハムは短冊切りにする。
- ② 卵を溶き、①と粉チーズ、塩少々をいれて、混ぜる。
- ③ フライパンにバターを溶かし、薄く色づいたら②を入れ、強めの中火で全体をかき混ぜる。
やや固まってきたら火を少し弱め、そのまま動かさずに焼き色をつける。
- ④ 表面が固まったら、皿などで受けて裏返し、軽く火を通して器に盛る。
混ぜたオーロラソースをかける。

☆旬の食べ物やイベント情報をメルマガで配信しています♪登録はこちらから

