



山口の伝統野菜



伝統野菜とは、地域の食文化とともに、気候風土に適応した適地適作で栽培される野菜です。

白オクラ(サラダオクラ)

柔らかくクセがないのが特徴で通常のオクラより粘りが多い。粘り気には多くの栄養が含まれており、夏バテの予防に役立つ。生で食べられることから「サラダオクラ」とも呼ばれている。

主な産地：山口県長門市三隅

白オクラ

普通のオクラ



長門市 三隅

岩国れんこん

江戸時代中期、当時の藩主吉川公の命令で、今の岡山県から備中種の種れんこんを持ち帰ったのが栽培のきっかけといわれている。

もちっとした粘りと、シャキシャキした食感を併せ持っている。

主な産地：山口県岩国市

岩国市

くいまさる

一般のカボチャよりも甘みが強く、「栗にも勝る甘さ」という由来でつけられたその名も「くいまさる」。

糖度はメロンとほぼ同じで、甘みとホクホクとした食感が人気。肉厚で、煮くずれしないことも特長。

主な産地：山口県阿知須

山口市

阿知須

