

1月23日は
碧南人参の日

甘くておいしいへきなん美人 出荷最盛期



碧南市は、昔からニンジン栽培が盛んで、生産量・出荷量ともに県下1位を誇る全国屈指の冬ニンジンの産地です。碧南市内で生産されているブランドニンジン「へきなん美人」は、他の産地のものとは比べてとても甘みが強く、糖度は8度から10度くらいです。色やつやも良く、ニンジン独特の臭みが少ないのも特徴です。

へきなん美人の収穫を取材

「限られた面積でしか作られていませんが、全国の人に食べてもらいたい」と語ってくれたのはニンジンを作って35年になる農家の山中重信さん。

ニンジンは、寒い朝方に収穫すると割れてしまうので、収穫は午後に行われます。専用の収穫機を畝に沿って走らせると、ニンジンが1本ずつ丁寧に抜かれ、きれいな一列にそろって収穫機に取り込まれていきます。

収穫したニンジンには、土がたくさんついているので、大量のニンジン洗浄機に入れて、約10分間洗います。すると、とても鮮やかな紅色に変身します。この洗浄の様子は、何ともいえない面白さがあります。

変身を遂げたニンジンはベルトコンベアーで運ばれ、重さごとに自動で仕分けられます。そして、長さや太さなどを人の目で1本ずつ確認した後に、箱へ丁寧に詰め出荷されます。

山中さんによれば、農家おすすめの食べ方は、ジュースやサラダなど「生」が一番のことです。また、人参ごはんや煮かけうどんとして、へきなんの味を楽しんでもらえればと話していました。

へきなんの味を家庭で作ってみよう！

煮かけうどん



作り方

1. 鍋にだし汁と椎茸だし汁を入れて、油揚げ、鶏肉、椎茸を入れる
2. 沸騰するまで煮立たせる
3. ニンジン、里芋、ちくわ、しょう油、みりん、酒を入れる
4. 具が柔らかくなるまで煮る
5. 茹でたうどんにかけて完成

材料・分量 (5人分)

油揚げ	1~2枚	みりん	50ml
ニンジン (拍子切り)	150g	酒	50ml
里芋 (拍子切り)	150g	だし汁	800ml
鶏もも肉 (一口大)	200g	椎茸だし汁	200ml
	しょう油	200ml	
	干し椎茸	4枚	
	ちくわ	1本	



2



3



1

1 収穫機で1本ずつニンジン抜きます
2 約10分間洗浄します 3 重さごとに仕分けします

誰が作っているの？

へきなん美人は、JAあいち中央碧南人参部会に所属する約120人の農家が、約130ヘクタールの畑で生産しています。

今年の出来は？

8月の長雨で種をまくのが遅くなってしまいました。10月以降は晴れの日が多く気温も高かったため、順調に生育しています。今シーズンは、約9千トンの出荷を見込んでいます。

碧南人参の日ってなに？

へきなん美人が最も熟して甘い時期の1月23日を、1(いい)・23(にんじん)の語呂合わせで碧南人参の日としています。

この日に合わせて、市内の保育園や幼稚園、小中学校では、ニンジンを使った給食を出します。また、市内飲食店などの協力店舗で碧南人参の日ののぼり旗を立て、へきなん美人を使った料理やお菓子などを一斉に提供することをしています。

ニンジンってカラダにいいの？

ニンジンはβカロテンやビタミンが豊富で、抗菌作用や粘膜保護作用があり、美容と健康にとっても効果的です。ニンジンのβカロテンは、なんとカボチャやホウレンソウの倍の量が含まれています。他にも高血圧の予防効果のあるカリウムや、便秘解消に効果のある食物繊維が含まれています。

どこで買えるの？

あおいパーク産直市場や市内の量販店、JAあいち中央の直売所、オンラインショップ碧海そだちで購入できます。

JAあいち中央碧南人参部会の皆さんが市長を表敬訪問

11月中旬からへきなん美人の収穫・出荷が始まったことから、部会長の杉浦千秋さんから6人が12月1日、市長を表敬訪問しました。糖度計で8.5度と表示されたニンジンを使い、ニンジン100%のジュースがこの場で振る舞われ、飲んだ後口々に「甘い！」と話している様子が見られました。



ジュースでニンジンジュースを作りました。搾った後に残ったニンジンはハンバーグなどの料理に使えます。



問 経営企画課広報戦略係
農業水産課農政振興係

☎95-9867
☎95-9896