

ズバリ直言

市田 知子

寒くなり、咳をする人が増えてきた。冬野菜を食べて滋養強壮に心がけなければ。毎週、土曜日

冬野菜を食べる

に開かれるファーマーズマーケットには夏には見かけなかったついで野菜がたくさん並ぶ。

まず「ウイルスイングリッシュWitchgo」という濃い緑色のキャベツ。大きさは普通のキャベツ（白キャベツ）と同じだが、葉が厚く縮れている。さらに「グリーンコールIIの

「funkohi」という葉が細長いキャベツ。日本で青汁の原料として知られるケールである。これをゆでて味付けしたものは北ドイツ料理である。研究所の食堂でも付け合わせによく使われている。いずれも葉が厚く硬いので調理に時間がかかる。「ロ

ーセンコールIIのrosenkohl」（バラのキャベツ）は芽キャベツのことである。

試しにウイルスイングを1個買ってみた。単独では苦みが気になるが、カレーやシチューに入ればたくさん食べられる。

カブにもいろいろある。ドイツで見かけるカブは概して大きい。「シユッテックリユーベールsteckrübe」という、桜島大根を想起させる大きなカブは、戦中や貧しい時代の食べ物として長らく敬遠されていたが、近年、伝統野菜として注目されている。スーパーでは4分の1に切られたものも売られている。

先日、訪ねたお宅でいただいた料理をまねて賽の目に切り、牛肉や他の野菜と一緒に煮込んでみた。カブに味が染みておいしい。季節に応じて土地のものを食べるのが身体によいという考えはいつでも同じか。

（明治大学農学部食料環境政策学科専任教員）