

信州の伝統野菜リスト

伝統野菜名	伝承地域	収穫時期	来歴	食文化	品種特性
▼▼▼▼▼ なす ▼▼▼▼▼					
小布施丸なす(おぶせまるなす)	小布施町	7月～9月	明治時代から栽培されていた品種で、晩生丸茄子」ともいっていた。大正時代には北信地方で広く栽培されていた。	奥信濃の孟蘭盆は1月遅れの8月。仏様へのお供え、お客様のもてなしに小布施丸なすの「おやき」は必需品である。夏のおやきの具材のほか、煮物やからしなすにも利用する。なすをたっぷりの汁で煮て、ごま仕立てにすると特有のおいしさがある。	新潟の「魚沼巾着」に似てソフトボール大のやや扁平の巾着型をしている。花痕が大きく、色つやは最近の品種に比べて劣るものの、肉質はしまって硬く、煮崩れしにくい。ほのかに甘い特有の風味をもつ。
					
小森茄子(こもりなす)			小森茄子の栽培は、明治中期に始まった。篠ノ井東福寺小森地区は、千曲川左岸にあって自然堤防や河川敷に耕地が立地しており、土質の特性を活かして、茄子苗業をなりわいとしていた。栽培の最盛期は昭和10年頃から昭和40年代後半まであり、下火にはなったものの、地域に根強い小森茄子ファンがいたこともあり、原種を切らすことなく、小森の2軒の農家により保存継承されてきており、復活栽培につながっている。	素朴な茄子焼き・芯焼き・おやきの館・てんぷら揚げ・カラシ茄子漬け(秋霜期)	果実は丸型で、葉形は丸みを帯びており、木は丈夫である。大きいトゲが、葉や実に強く現れる。
志げ子なす(しげこなす)			在来種で、昭和30年頃栽培者である池田志げ子さんの実父が下伊那郡天龍村より種子を貰って来る。以来、自家採取を繰り返し栽培している。	漬け物・なす焼き・冷凍なすの蒸しもの一度食べると、また食べたくなり地域で広く親しまれている。	在来種で形は長卵形。果皮色は赤紫色で、千両2号なすより大きくなるが、成りは若干少ない。木は千両2号なすより小ぶりである。
					

伝統野菜名	伝承地域	収穫時期	来歴	食文化	品種特性
鈴ヶ沢ナス(すずがさわなす)	阿南町	7月～9月	来歴は不明。下伊那郡阿南町和合鈴ヶ沢は平谷村との境にある集落である。昭和30年代には既に栽培されていた。現在では和合を中心に栽培されている。	山仕事のおかずの焼きなす、油炒め、油焼き、長い冬期の保存食として粕漬けとして食している。	天龍村の「ていざなす」とは、葉型、草型、草勢は明らかに異なり、肉質は「小布施丸なす」に似る。果実は千両系なすに似ているが、それよりも2倍大きくして収穫、色は千両系なすよりうすく緑みがかかる。大きいもので太さ15センチ、長さ30センチにもなる。水分を多く含み、甘味も強い。
					
ていざなす	天龍村	7月中旬～10月下旬	明治20年ごろ、田井澤久吉氏が東京の種苗店から取り寄せた巾着型のナスが起源とされる。もとの品種は定かでないが、アメリカで育成された品種と思われる。	縦半分に切り、切り口に包丁で切れ目を入れ、油と味噌を塗って焼きなすにすることが多い。焼きなすはお盆にクルミに和えて仏様にお供えする。	果実長25センチ、重さは400グラム以上の大果である。果形長卵型で果皮色は赤紫色で光沢はない。種子は多いが小さく、肉質が非常にやわらかなため、焼くととろけるような食感がある。あくはほとんど感じない。
					