

## (2) 市場で注目株の野菜【シリーズ①】

### 〈クウシンサイ（空芯菜）～頼れる夏の強い味方〜〉

シリーズで、今、首都圏の市場で、注目されている野菜を紹介します。初回はクウシンサイ（空芯菜）です。

日本名は「アサガオナ」、中国野菜がブームとなったときにターサイやシャンサイなどとともに認知されるようになった野菜です。中国では「空芯菜（コオン・シヌ・ツァイ）」のほか、「雛菜（イオン・ツァイ）」「通菜（トオン・ツァイ）」「籐々菜（トン・トン・ツァイ）」など地域によってさまざまな名前と呼ばれていますが、日本の市場では「クウシンサイ」の名で取り引きされています。

書いて字のごとく、芯（しん）の部分が空洞になっているのが特徴で、亜熱帯地方の植物なので夏の気候を好みます。特に沖縄県ではハウレンソウの代用品として用いられています。

最近では関東地域でも栽培され、ほぼ一年間供給されるようになりました。ただし、低温になると生育が著しく鈍化してしまうことから、冬季間は出荷量も少なくなり、高単価の取引になります。

調理方法は強火で炒め、青味を強調するのがポイントです。ほとんどクセがないのでニンニクを加えるのも良いでしょう。また茹でてハウレンソウのような使い方もできます。

収穫は若芽を摘み取って出荷します。次々と脇芽が成長しますので長期間出荷できますが、あまり脇芽を採りすぎると硬くなるので注意が必要です。夏の緑葉色野菜が端境期となる時に頼れる野菜の一つでもあります。現在は中国料理店などの業務用として広く消費されていますが、今後は、一般野菜（軟弱野菜）としてハウレンソウ、小松菜、ミズナと比較されながら、消費拡大が図られることでしょう。

