



坂本菊

鮮やかな花びらで彩りと香りをプラス

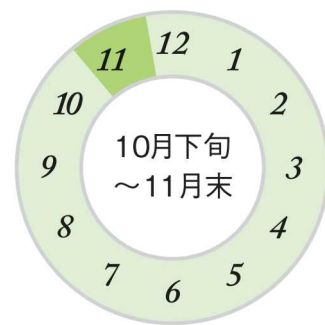
比叡山延暦寺の門前町、坂本で受け継がれている食用菊「坂本菊」。平安時代から育てられており、家ごとに多様な系統があるともいわれる。

現在、寺院の精進料理にも使われている坂本菊は、直径3～4cmほどで鮮やかな黄色が美しい。花びらが筒状で中は空洞になっている。シャキシャキした歯ざわりと独特の香り、ほろ苦さとうま味が特徴。菊には解毒作用があり、古代から中国で延命長寿の花として菊茶、菊花酒、漢方薬としても利用されてきた。生の花を刺し身やちらし寿司に添えるほか、むしった花びらをさっと湯がいておひたしや酢の物、サラダ、あえ物に使う。

トリビア

延暦寺を開いた天台宗の開祖最澄が、お茶や竹とともに薬草として日本に持ち帰り、平安時代から食用菊として比叡山のふもとの坂本地区で栽培されてきたといわれる。江戸時代には、堅田を訪れた松尾芭蕉が食べて「蝶も来て酢を吸ふ菊なますの膾哉」と詠んだ。

| 旬 |



| 調理例 |

◎ 生	◎ ゆでる
◎ 酢の物	◎ 天ぷら

| 保存方法 |

★ お早めに  冷蔵  冷凍

生花なので早く使う方が香りや食感を楽しめる。乾燥しないよう袋などに入れ、冷蔵庫の野菜室で保存。花びらをむしって、酢を少し入れた湯でさっと湯がくと冷凍保存できる。

| 栄養成分 |

抗酸化物質であるビタミンやミネラルを含む。

| 問い合わせ先 |

大津市農林水産課
TEL：077-528-2757

| 主な産地 |

大津市



米・大豆・そば

畜産物

湖魚

野菜

果物

お茶・日本酒