

河内れんこんのお話

河内れんこんの由来



写真：大阪府ウェブサイトより

大阪でのれんこん栽培は、門真市大字北島で地バスが付近の池に生えており、これを湿田で栽培するようになったのが始まりといわれています。明治40年頃には天満の市場に集荷されていましたが、自生種が貧弱な根であったため、収益があげられないと考えられていました。

その頃、石川県と岡山県からは品質・収量性に優れた品種が入荷していたことから、大正9年に至って、これら産地から「加賀」と「備中」の2品種が導入され、またたく間に河内に広がりました。このれんこんは、“河内れんこん”として親しまれ、門真の特産品となっています。

れんこんの奉納行列

江戸時代末期、奈良にれんこんを出荷していた村人が、奈良の春日大社にれんこんと2基の石灯籠を寄進。その際に授かった御用提灯を持って出荷すると、盗賊に襲われなくなったという伝承があります。現在も同大社の参道にはこの石灯籠がたたずみ、寄進者23人や世話人などの名前が刻まれています。奉納行列は、平成18年から先人たちの思いをしるのび、同大社の若宮おん祭りの行事として毎年実施されています。

れんこんを使ったレシピ「れんこんの白和え」

材料 (2人分)	栄養量 (1人分)	作り方
れんこん…100g 木綿豆腐…100g 白胡麻…12g 白味噌…16g 赤味噌…3g 砂糖…12g だし汁…適量	エネルギー：155kcal たんぱく質：7.1g 脂 質：7.1g 炭水化物：17.2g 食塩相当量：1.3g	① れんこんの皮をむき、3mm位にスライスして水にさらす。さらしたれんこんを水と酢（分量外）に入れて、3分ほど茹でる。ざるにとり、水けを十分に切る。 ② 木綿豆腐を茹でて水切りをして冷ます。 ③ すり鉢で白胡麻をよくすり、味噌と砂糖とだし汁を入れてよくすり、最後に②を加え混ぜる。 ④ ①に③を絡めて器に盛る



写真：公益財団法人大阪府学校給食会ウェブサイトより

【引用参考文献】

なにわ大阪の伝統野菜 なにわ特産物食文化研究会編著 社団法人 農山漁村文化協会
JA きたかわち 2016.FEB, 公益財団法人大阪府学校給食会 H.P, 大阪府 H.P

文責：行政 湊 ちづる