

# 「野菜高騰を乗り切るレシピ特集」公開

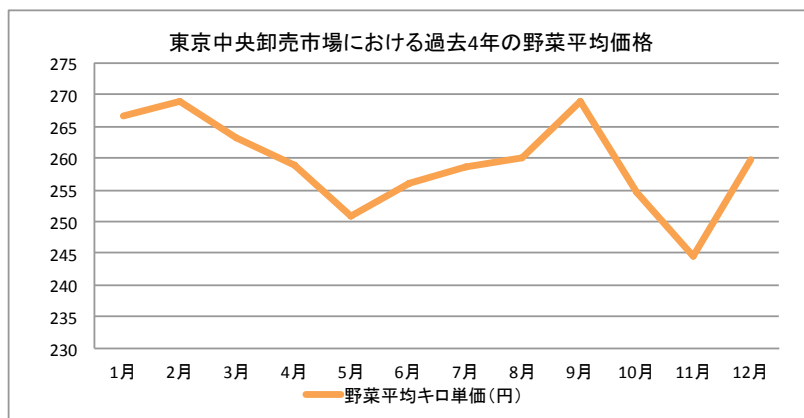
豆苗などのいつでも価格安定な食材活用でおいしく乗り切ろう！

株式会社村上農園(本社:広島市、代表取締役社長:村上清貴)は、ここ数年8-9月に頻発している野菜価格の高騰に備え、村上農園の豆苗(とうみょう)など、一年を通して価格が安定している野菜を使ったレシピを集めたウェブページ(<http://www.murakamifarm.com/recipe/special05/>)を8月9日(金)から公開します。野菜高騰時でも、家計の負担少なく、健康的な食生活を送っていただくサポートをしたいと考えています。



## ■ 8-9月は野菜高騰が起こりやすい時期

東京中央卸売市場における過去4年(2015年-2018年)の野菜平均価格(図1)を見ると、8月から9月は野菜の価格が高くなる傾向にあることがわかります。今年は、梅雨の低温・日照不足が記録的に長引いたことで野菜の生育に影響が出ており、今後も猛暑や台風などで追い打ちがかかる懸念があります。そこで村上農園は、野菜高騰時でも手軽に美味しく野菜が摂れるよう、豆苗とたまねぎ、じゃがいもなどの根菜類、きのこ類など、一年を通して価格が変わりにくい食材を使ったレシピを紹介するウェブページを開設しました。



(図1) 東京中央卸売市場における野菜平均価格の過去4年平均(2015年-2018年)

## ■ 豆苗が野菜高騰時に役立つ理由

豆苗は、えんどう豆の若菜で、ほのかな豆の香りと甘さ、シャキシャキとした食感が特長の緑黄色野菜です。野菜価格が高騰した際には、以下の3つの理由で人気を集めています。

### ①いつでも価格が安定

気候の影響を受けにくい施設栽培(図2)の豆苗は、年間を通じて生産ができ、安定価格で出荷しています。



(図2) 村上農園山梨北杜生産センター

### ②再生栽培できておトク

調理で残った豆苗の根元を水に浸して育てれば、新しい芽が伸びて、また食べることができます(図3)。



(図3) 豆苗の再生栽培

### ③栄養豊富で、様々な料理に活用可能

豆苗は、栄養バランスにも優れ、β-カロテンはちんげん菜の約1.5倍、ビタミンEはこまつなの約1.8倍、食物繊維はじゃがいもの約1.7倍と豊富に含んでいます。炒め物やおひたし、スープ、サラダなど幅広い料理に使い、ほうれんそうや水菜などの葉物野菜の代替として活躍します。

## 【野菜高騰を乗り切るレシピ特集で紹介しているレシピ(一部)】



#### ○豆苗ともやしの豚バラ巻き (左写真)

豆苗と同じく施設栽培で価格安定なもやしを使ったボリュームのある主菜レシピ。コンロを使わず電子レンジで加熱するので、暑い夏の時期にも快適に調理できます。

#### ○豆苗とじゃがいものカレー炒め (中写真)

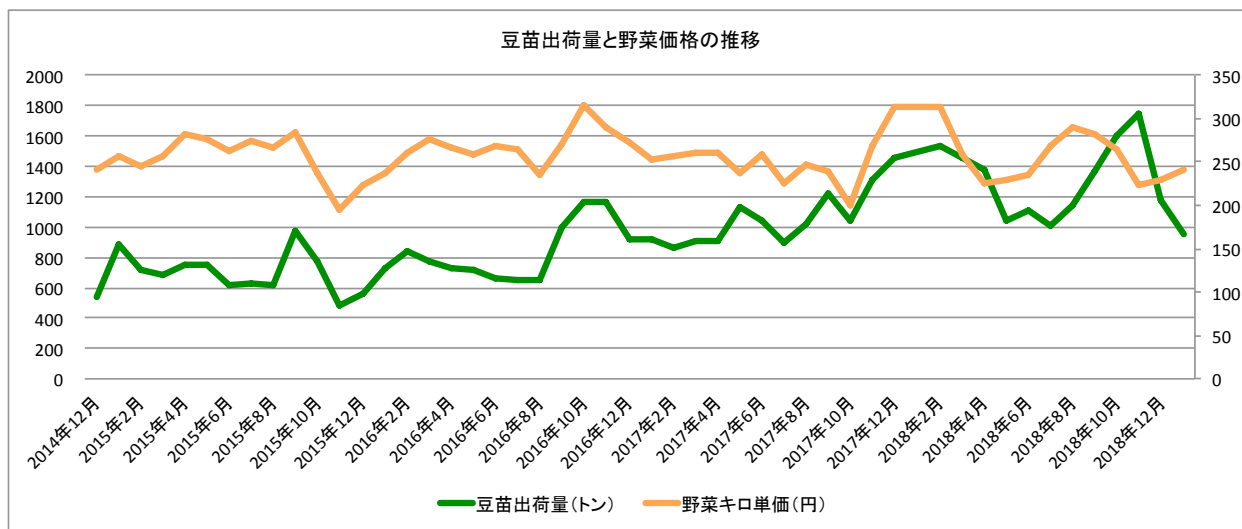
じゃがいもは、長期保存ができるので比較的価格が安定な野菜。カレー味なのでお子さまにも好まれ、お弁当のおかずとしてもおすすめです。

#### ○冷しゃぶ豆苗サラダ (右写真)

猛暑で価格が高騰しやすいレタスや水菜などの代わりに生の豆苗を使ったサラダ。豆苗は、えぐみが少なく、シャキシャキとみずみずしい食感なのでサラダでも美味しく召し上がれます。

## ■ 豆苗は野菜高騰のときほど売れる野菜

実際に豆苗は、野菜価格が高騰しているときほど需要が高まる傾向にあり、村上農園の豆苗の出荷量と東京都中央卸売市場の野菜平均価格の推移を比較すると連動する様子が見られます(図4)。



(図4) 東京中央卸売市場における野菜平均価格と村上農園の豆苗出荷量の推移

### <村上農園 会社概要>

**設立** 1978年1月  
**代表者** 代表取締役社長 村上清貴  
**売上** 98億9,900万円(2018年12月期)  
**国内販売額** 100億4,300万円(2018年12月期／うち沖縄村上農園:1億4,400万円)  
**事業内容** スプラウト、豆苗(とうみょう)、かいわれ大根など発芽野菜と高成分野菜の生産・販売  
**事業所** 本社・研究開発部(広島)  
 生産センター(千葉、神奈川、静岡、山梨、三重、広島、福岡)  
 営業所(東京、名古屋、大阪、広島)  
 広報マーケティング室(東京)  
**関連会社** 株式会社沖縄村上農園(沖縄県大宜味村)  
**ウェブサイト** <http://murakamifarm.com>

このリリースは下記の記者クラブ・記者会にお届けしています。

○東商記者クラブ ○農政クラブ ○農林記者会 ○広島経済記者クラブ

【お問い合わせ先】(株)村上農園 広報マーケティング室 担当: 篠田・中山

TEL:03-5212-2451/FAX:03-5212-2452/携帯(篠田):080-2943-6147

E-mail: [shinoda@murakamifarm.com](mailto:shinoda@murakamifarm.com) 住所:東京都千代田区九段北 1-10-5 サンプリッジ九段ビル 9階