



# ナガイモ掘りは適期を誤らず入念に

夏から秋にかけて、さかんにつるを伸ばしてきたナガイモは、晩秋の寒風が吹き始めると茎葉が黄変します。そして、やがては枯死してしまいます。

そのため、掘り取る時期は、このような茎葉の変化をよく見極めて決めることが大切です。

一番の適期は、葉がすっかり黄化し、全体が枯れ始めた状態になったときです。緑の葉が残っている中、早く掘り過ぎると、イモをすりおろした際に褐変しやすくなってしまいます。

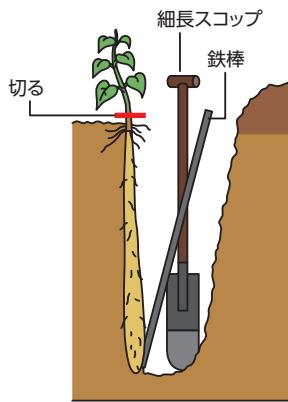
掘り取りは、できるだけ晴天続きを見計らって行いましょう。雨天の後、畑が過湿状態のときに掘ると、貯蔵中の腐敗が起こりやすくなります。根を深く形成している長形のナガイモは、地温低下の影響を受けにくいので、収穫が遅れても、浅根で短形のヤマト

イモのように低温害を受ける心配は少ないです。

作業では、つるをイモの首の上5〜6cmのところを刈り取り、茎葉を片づけてから掘り取りにかかります。ナガイモは折れたり、傷ついたりしやすいので、株の周り30cmぐらい離れた所から、スコップを立てるようにして、少しずつ慎重に掘り進めます。

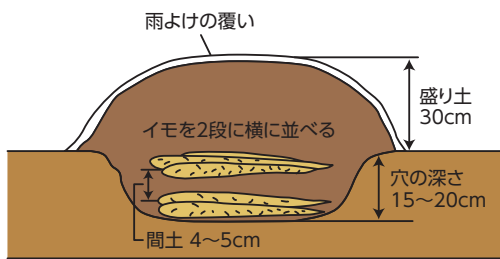
イモの先端より少し深い位置まで注意して土を取り除き、傷つけないよう丁寧に掘り上げましょう。図のように幅の狭いスコップや鉄棒などを用いると、効率良く作業を進めることができます。

掘り上げたイモは、直射日光や強い風に当てないように、



土や覆いを掛けて肌を変色させないようにし、畑から搬出しましょう。

少量のものを短期間保存するには、新聞紙に包んで常温下に置くだけでいいのですが、たくさん取れたり、排水の良い畑地で図のように埋設貯蔵します。0度以下では凍害を受けるので、貯蔵適温は2〜5度を保つようになります。来春まで長期間持たせるには、低温貯蔵庫を利用しましょう。



## 彩・菜・栽

2020年 11月

シャキッと食感にわさび風味がぴったり！  
わさび漬の素で手軽に一品

### 長いもサイの目わさび風味

長いも……………200g  
わさび漬の素：小袋1／2袋

1〜2人分

※Aコープ、グリーンセンターでお求めください。

サイの目に切つてわさび漬の素を適量まぶすだけ。時間が経つとしなっとするのでシャキシャキのうちにお召し上がりください。すぐに食べるので、袋に書いてある適量よりも少ない量の素で充分です。



シャキッとホクッと  
長いもならではの食感を楽しんで

### 長いもステーキ

1〜2人分

長いも……………200g  
バター……………15g  
めんつゆ又はしょう油……………適量  
かつお節……………適量



1センチ厚さの輪切りまたは半月に切り、バターを溶かしたフライパンで焼き色を付ける。ひっくり返して火が通ったらめんつゆ又はしょう油を適量からめて器に盛りかつお節を飾る。

便利なトッピングに

フードプロセッサーですりおろしにしてから小分けにして冷凍しておけば、蕎麦や丼もののトッピングにもすくべに使えます。