

ぎょうじやな

行者菜の魅力

行者菜とは？

行者
にんにく × ニラ = 行者菜

希少な山菜「行者にんにく」を手軽に食べる事が出来るように開発された野菜が『行者菜』です。「行者にんにく」と「ニラ」を交配することで、栄養価が高く、収穫時期が長い「行者菜」が登場しました。山形県長井市では全国に先駆けて『行者菜』の栽培が行われ全国一の生産量を誇っています

幅広い料理に

『行者菜』は「行者にんにく」と「ニラ」の特性を併せ持つためギョウザや炒めものなどの中華料理はもちろんのこと、ピザ、グラタン、和食まで幅広くお使いいただけます。特に香りの強い株元を菜葉などとして有効にお使いいただく事によりその魅力を引き出す事が出来ます。ニンニクが必須といわれる料理に利用するとにんにく単体を使用した時よりも栄養価の高い料理になります。

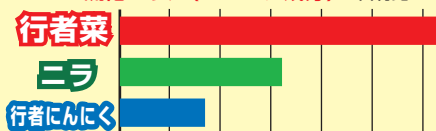


豊かな香り

『行者菜』は滋養強壯の基となる「硫化アリル」の含有率が「行者にんにく」よりも高く、この硫化アリルが疲労回復や殺菌効果を有するだけでなく血液中の脂質を減らして生活習慣病を予防すると言われています。

血液サラサラ効果・動脈硬化予防

硫化アリル(ニンニク成分)の含有比



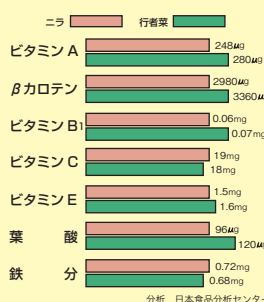
宇都宮大学農学部調べ

圧倒的な保存期間

「ニラ」と比較して「とろけ」が出にくい性質を持っています。「ニラ」は数日のうちに使い切る事を前提としておりますが、「行者菜」は1週間から10日程度の日持ちがあると評価されております。(冷蔵状態)

このため食材の有効利用、流通の効率化を図る事ができます。

行者菜とニラの成分比較



分析 日本食品分析センター

豊富なビタミン

ビタミン類も豊富に含まれており、ビタミンの宝庫と言われる「ニラ」と比べてもビタミンAとビタミンBは15%、葉酸は20%も多く含まれています。特に葉酸は貧血および動脈硬化の予防に、そして神経細胞の働きを維持する効果があることから認知症予防にも役立つと注目されています。

収穫期間及び出荷体制

収穫期間 5月初旬～9月末まで(露地・無農薬栽培)
出荷体制 定期発送、事前発注(3日以上前)の場合は収穫翌日の発送となります。

収穫調整予冷発送

AM3:00-7:00 午前中 24時間 クール便

都度発注 受注から3日目の発送となります。
(お急ぎの場合はご相談下さい)

行者菜のお問い合わせは

ひなた村

〒993-0035 山形県長井市時庭1409 遠藤方

TEL 0238-84-6445 FAX 0238-84-1963

URL www.gyojana.com E-mail ocome@sawanohana.jp