



最上かぶ（新庄市近辺）



吉田かぶ（金山町凝山）



石名坂かぶ（鮭川村石名坂）



とっくりかぶ（真室川町川ノ内）

# 最上の かぶ 8種類



角川かぶ（戸沢村角川）



西又かぶ（舟形町西又）



長尾かぶ（舟形町長尾）



肘折かぶ（大蔵村滝ノ沢）

## 最上かぶのかぶ漬け

### 材 料

最上かぶ（茎、葉を少々入れる）1kg  
白砂糖 250g 塩 35g 酢 75cc  
ビートかぶ（みじん切りにして、色付け用）少々

### 作り方

1. かぶを乱切りにする。
2. 上記 ~ を混ぜて漬けこみ、重石（大）をする。
3. 翌日、汁が出るので、混ぜ合わせ、重石は半分にする。
4. 2～3日間、味が全体になじむよう混ぜ合わせる。  
3日目で完成！ 完成後は要冷蔵。



# 命をつなぐ糧 最上のかぶ



とっくりかぶ（真室川町川ノ内）

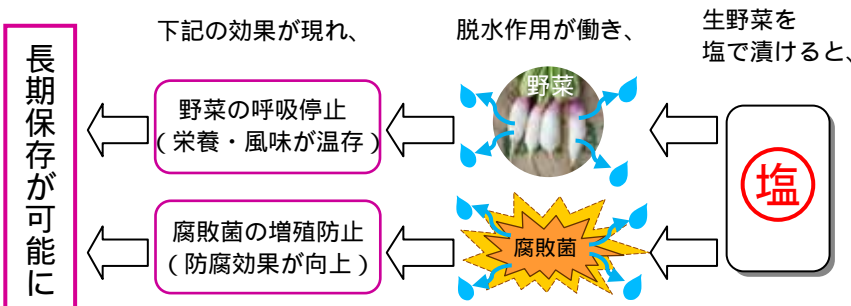
## かぶ王国もがみ

最上地方では、種を自家採種して栽培するかぶのことを「地かぶ」と呼んでおり、それぞれの家でその家独自の「地かぶ」が栽培されている。最上地方の冬は、雪深くそして長い。かぶは厳しい冬期間の食糧を確保するため、昔から冬の保存食として重宝されてきた。

かぶを使った保存食といえば、何と言っても漬物。昔は酢や砂糖が貴重であったために、塩や味噌だけで漬けたものを春先まで食べ、発酵して酸っぱくなったものは煮たり、お汁の具材にして食べたそうである。今では、酢や砂糖を使った甘酢漬で食べるのが一般的になった。

長くて辛く厳しい冬を乗り切るため、知恵を凝らし、先人達は「命をつなぐ糧」である「地かぶ」を作り続けてきた。最上地方には、ここで紹介するかぶ以外にも、独自の「地かぶ」がまだまだ多く眠っている。

### 漬物（塩）による長期保存のしくみ



### 最上传承野菜

「最上地域特有で概ね昭和20年以前から存在していた野菜・豆類など」で「現在も最上地域で栽培され、自家採種しているもの」のこと

最上传承野菜推進協議会が現在30品目を認定しており、そのうちかぶは8品目認定されている。