



加賀つるまめ

産地 富樫地区

旬 7月～10月

夏の香り

淡緑色の愛らしい姿と、青々とした香りが特徴。
炊き合わせはもちろん、油との相性を活かした
和え物やてんぷらもおすすめ。

How to Choose

上手な選び方

豆が大きく育っていない扁平な形のものが
柔らかい。



Kagayasai Recipe

Let's Try!

加賀野菜 レシピ

加賀つるまめ

Menu ◎ツナ和え ◎厚揚げの炊き合わせ

Kagayasai Recipe
加賀野菜
レシピ



加賀つるまめ

金沢市農産物ブランド協会



ツナのオイルで簡単コクうま
ツナ和え

Recipe
1

●材料(4人分)
加賀つるまめ 1袋
ツナ缶 小1缶
しょうゆ 少々

- 1 つるまめは筋を取って濃いめの塩(分量外)でゆでる。ツナは汁気を切っておく。
- 2 つるまめの水気を取り、適当な大きさに切って、ツナと和える。しょうゆで味を調える。



定番の味。薄揚げやさつま揚げでも。
厚揚げの炊き合わせ

Recipe
2

●材料(4人分)
加賀つるまめ 1袋
厚揚げ 1枚
だし汁 400cc
砂糖 大さじ2
酒 大さじ2
しょうゆ 大さじ3

- 1 つるまめは筋を取る。厚揚げは熱湯をかけて油抜きし、適当な大きさに切る。
- 2 鍋にだし汁と厚揚げを入れ、煮立ったら砂糖、酒を加え、5分程度煮る。
- 3 つるまめとしょうゆを入れて5分程度煮る。

Kagayasai Recipe

加賀野菜
レシピ!

サイトではこの他の
レシピも紹介しています。



加賀野菜

検索

加賀野菜

昭和20年以前から栽培され、現在も主として金沢で栽培されている野菜です。藩政時代から戦前までの間に、金沢の気候・風土に育まれ、農家に大切に受け継がれてきた伝統野菜。金沢市民に愛され、食卓に四季の訪れを告げ、食文化を支えてきました。



加賀野菜
ブランドシール

【加賀野菜ブランド認定15品目】

- ◎さつまいも
- ◎加賀れんこん
- ◎たけのこ
- ◎加賀太きゅうり
- ◎金時草
- ◎加賀つるまめ
- ◎ヘタ紫なす
- ◎源助だいこん
- ◎金沢せり
- ◎打木赤皮甘栗かぼちゃ
- ◎金沢一本太ねぎ
- ◎二塚からしな
- ◎赤ずいき
- ◎くわい
- ◎金沢春菊

加賀野菜イメージキャラクター
"ベジタン"

