

白山麓育ちの金時草を使った オリジナル商品を作ませんか。

石川県のブランド野菜、金時草の乾燥葉から作る抽出液を使って、
あなたの新しいアイデアをカタチにしてみませんか。



加賀野菜
金時草

金時草は栄養たっぷり健康野菜！
夏の定番野菜として地元の人に親しまれているぬめりのある食感と「シャキッ」とした歯ごたえが特徴の食材ですが、近年では新たな用途として、食品や化粧品メーカーが金時草や抽出液粉末を利用し、その抗酸化作用や赤紫色の色素を活用した商品を販売しています。

これまでに生まれたアイデア

これらは金時草を使った商品のほんの一例です。
メーカー様とのコラボ以外にもお寿司やお餅など多数あります。



石けん

【あわやわわ】
能美市 朝ル/バンシュ

入浴剤

【金時草の湯】
能美市 朝ル/バンシュ



すし酢

【はな色すし酢】
金沢市 朝今川醸造



ドレッシング

【金時草ドレッシング】
和倉温泉 朝加賀屋



ドレッシング

【醤油胡麻ドレッシング・直江源兵衛】
金沢市 直源醤油株式会社



ロールケーキ

【金時草ロール】
金沢市 洋風懐石 かわばた



ソフトクリーム

金時草すし



まず、抽出液を作ってみましょう.....



金時草
(生葉)

金時草をそのまま乾燥させても赤紫色の抽出液はできません。



乾燥葉

独自の製法で作った乾燥葉は10gより販売しております。ご連絡いただければ郵送も致します。



抽出液

乾燥葉を煮沸すると、きれいな赤紫色の液が作れます。あなたの独自の商品にご利用ください。

【簡単な抽出液の作り方】

- ① 5gの乾燥葉
- ② 500ccのお湯
- ③ 5分間の煮沸

555の
法則



あなたの
オリジナル
商品

出来上がった商品をご持参または、
写真を郵送頂いた方には相品を
進呈いたします。

農村体験施設 **にわか工房** <http://www.niwakakoubou.jp>

石川県白山市三ツ屋野町3-7 tel.076-255-5930 fax.076-255-5931 E-mail : soba@niwakakoubou.jp

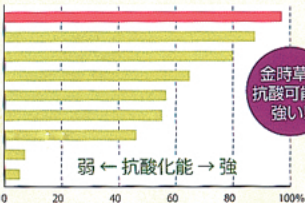
■体の調子を整える成分がたっぷり

金時草には、活性酸素を体内から除去する作用である抗酸化能が高いことや、血中コレステロール低下作用、血圧上昇抑制作用を持つことが明らかとなっています。

これらの機能性成分は赤紫色やアミノ酸、独特のぬめり成分によるものと考えられています。

金時草

青菫大根
フロコリー
イチジク
ネギ
キュウリ
タケノコ
スイカ
カボチャ



◆各野菜の抗酸化能の比較
(市販の抗酸化剤を100%とした場合)
金時草は他の野菜と比べて抗酸化能が高く市販抗酸化剤とほぼ同程度の抗酸化能を持っている。

金時草は
抗酸化能が
強い!!



農村体験施設

にわか工房

●そば打ち体験 ●そば処 ●漬物・もち・そば加工、直売

にわか工房は、白山市の三ツ屋野地区の住民が運営する施設です。お母さんたちが作るそばや漬物など、山里の豊かな実りと技をお楽しみ頂けます。

そば打ち体験



※1鉢4人までが一組に体験できます。
(一回に40人くらいまで可能)

自分で打ったそばの味は、格別です。
三ツ屋野地区で登録されている「そばの匠」と、
そば打ち体験に挑戦してみませんか。
※そば打ち体験には予約が必要です。

1鉢……………2,000円
体験料1人……………500円
試食料1人……………100円

体験時間は1時間程度。
自分で打ったそばをその場で食べることができます。



にしんそば

そば処

手打ちそばや金時草ごはんなど、
地元の食材を活かしたお食事を
味わうことができます。
玄そばから製粉し、
出来たての味を楽しめます。



にわかそば (菜類3種とそば団子)

漬物・もち・そば加工、直売

工房内の加工場では、自然豊かな白山麓で栽培された収穫物を
素材本来の味を大切にしながら美味しく調理しています。



そば・そば加工品

・加賀白山にわかそば(乾麺)
・そば粉
・そばの実



漬物・味噌

・四季の菜(しょうゆ漬)
・とうがん粕漬
・にしんぼし



もち

祝いもち・正月もち・切り餅・
と餅・五色餅など、承ります。
(11月～3月ごろ)



農村体験施設 **にわか工房** <http://www.niwakakoubou.jp>

石川県白山市三ツ屋野町ト3-7 tel.076-255-5930 fax.076-255-5931 E-mail: soba@niwakakoubou.jp

金時草を使った料理



金時草粥

材料(4人前)

金時草……………1/2束
米……………2合
昆布……………5cm角
酒……………大さじ1
白りこま……………小さじ1

〈すし酢〉
酢……………70cc
砂糖……………大さじ2
塩……………小さじ1

作り方

- ①米は30分前に洗い、昆布と酒を入れて普通に炊きます。
- ②金時草は塩を少々加えて30秒～1分間茹で、水からあげて冷まし、水気を取ってから1cm角位になるように切り、すし酢につけて色をします。
- ③ご飯が炊けたら、②と白りこまをご飯に混ぜて出来上がりです。



簡単便利 金時草乾燥葉を使った方法

乾燥葉4～5gを細かく碎き、炊飯ジャーに入れて炊き上げます。
すし酢を混ぜ合わせ、金糸卵やさやいんげんを飾れば出来上がりです。

金時草を利用した商品作りの パートナーを求めています！



健康野菜である金時草の栄養成分や機能性成分、また赤紫色を利用した商品を作ってみませんか。乾燥葉にすることで一年中、安定して金時草を利用できます。

※乾燥葉サンプルもあります。ご連絡頂ければ、送付致します。

農村体験施設 にわか工房

石川県白山市三ツ屋野町3-7
tel.076-255-5930 fax.076-255-5931
http://www.niwakakoubou.jp
E-mail:soba@niwakakoubou.jp

～抗酸化成分をたっぷりと含む健康野菜～

金時草乾燥葉の ご紹介



金時草とは…

金時草は葉の裏が鮮やかな赤紫色の野菜で、この色が「金時豆」に似た赤紫色であることから、「金時草」と表記されるようになります。これを「キンジソウ」と呼ぶようになったと言われています。夏の定番野菜として地元の人に親しまれているゆめりのある食感と「シャキッ」とした歯ごたえが特徴の食材ですが、近年では新たな用途として、食品や化粧品メーカーが乾燥金時草や抽出液粉末を利用し、その抗酸化作用や赤紫色の色素を活用した商品を販売しています。

- 産地 金沢市花園地区、白山市鳥越地区、かほく市高松 等
- 出荷時期 露地 6月上旬～11月中旬 ※施設栽培は周年
- 旬 7月～9月

■金時草の栄養成分

金時草は古くから薬効のある野菜として知られており、台湾や沖縄県では、**増血作用**や**解毒作用**があるといわれています。栄養成分では、**各種ミネラル・ビタミン類**をバランス良く含んでおり、特に**カロテン**や**ビタミンC**、**鉄分**が多く含まれています。

■備考

■金時草(生葉)一般成分

水分	炭水化物	たんぱく質
92.1(%)	4.2(%)	2.3(%)
脂質	灰分	カルシウム
0.2(%)	1.2(%)	160.2(mg/100g)
鉄	ナトリウム	カリウム
6.2(mg/100g)	47.3(mg/100g)	355(mg/100g)

(石川県立大学データ)

■金時草乾燥葉成分

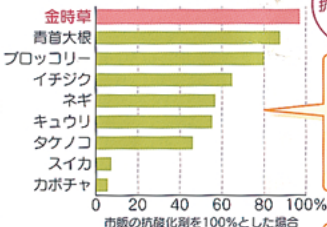
ナトリウム	リチウム	ビタミンB1
120(mg/100g)	2390(mg/100g)	0.87(mg/100g)
ビタミンB2	ビタミンC	水分
1.8(mg/100g)	11(mg/100g)	5.0(g/100g)
灰分	α-カロテン	β-カロテン
16.1(g/100g)	200(mg/100g)	28600(mg/100g)

(石川県庁食品衛生検査データ)

■機能性成分と有効効果

金時草は体の調子を整える成分、いわゆる機能性成分も含まれています。これまでの研究から、金時草には、活性酸素を体内から除去する作用である**抗酸化能**が高いことや**血中コレステロール低下作用**、**血圧上昇抑制作用**を持つことが明らかとなっています。この金時草の持つ生体調節作用は、含まれている**赤紫色素(アントシアニン)**や、**γ-アミノ酪酸(GABA)**などが関係していると考えられています。さらに、独特のめりめり成分は**血糖の吸収を妨げる効果**につながると考えられています。

弱 ← 抗酸化能 → 強



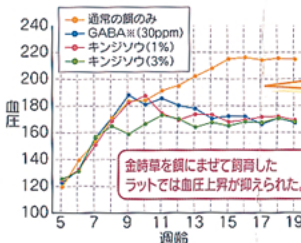
金時草は抗酸化能が強い!!

■各野菜の抗酸化能の比較

金時草は、他の野菜と比べて抗酸化能が高く市販酸化剤とほぼ同等程度の抗酸化能を持っています。

■高血圧自然発症ラットの血圧に及ぼすキンジソウ給餌の影響

遺伝的に高血圧を発症してしまうラットに、金時草を混ぜた餌を与えて飼育したところ、血圧上昇が抑えられたことから、金時草には血圧上昇抑制作用があることが明らかとなりました。



金時草を餌に混ぜて飼育したラットでは血圧上昇が抑えられた。

※GABA: γ-アミノ酪酸
血圧を下げる作用がある物質

■金時草乾燥葉の製造方法

金時草の特徴である独特な「赤紫色」。

従来、この色を商品に活かすためには、金時草生葉から色素を抽出し、その液を冷凍保存する方法がとられていました。

もっといろいろな商品で手軽に色を再現したいとの要望もあり、石川県農業総合センターでは、いつでも色素が抽出でき、また、保存も容易な「乾燥葉」を開発しました。

金時草をそのまま乾燥しただけの葉からは、「赤紫色」は抽出できません。そこで、お茶の製造方法を参考に、金時草を蒸してから乾燥する方法を開発。このちょっとした一手間により乾燥した葉からいつでも色素を抽出することができるようになりました。



■金時草を利用した商品



金時草シフォンケーキ



金時草ジェラート



金時草餅



金時草ゼリー



金時草手巻き寿司

