

市場で注目株の野菜【チコリフリーゼ】

～生サラダにピッタリ～

エンダイブ（キク科の一年草）で、近年、取引が広がりつつあるリーフ系の商品。エンダイブの種類は大きく分けると、現在、エンダイブとして一般的に使われているタイプと、エスカロールと称して、広葉系（現在は市場に入荷が少ない）のタイプ、そして、チコリフリーゼの3種類に分類される。



チコリフリーゼの原産地はヨーロッパ地方であり、特にフランス、イタリアなどで好んで使われている。

まるで京水菜のように繊細で軟らかく、中央部が黄色く軟白されていて、ヨーロッパのエンダイブの中でも最も葉の細かなタイプだ。

日本においては年間を通じて市場に出回るようになってきている。5月中旬～10月中旬は長野県で栽培され、10月下旬～5月上旬までは関東で栽培されている。

近年、サラダブームの追い風もあり、栽培を始めている産地も多くなってきている。

栽培技術の一番のポイントは軟白（軟化）だ。ヨーロッパでは湿度が日本より少ないため簡単に栽培されるが、日本は湿度が多いために軟白するときに腐って商品として使われないものも多く出る。

日本に栽培されていなかったときには海外（ヨーロッパ）からの輸入品に頼っていたが、植物防疫法により、なかなか輸入が難しく負担も多かった。

現在、日本では葉の刻みがそれほど細かくなく、幅の大きなチコリフリーゼが主流だが、葉が硬く苦みが強い。そのために軟白部を一枚一枚カットして使っている。

もちろんそれはそれで需要があるが、本来、チコリフリーゼは軟らかく繊細で、ほどよい苦みと口の中で踊るような食感があり、黄色いサンゴ礁のようなものである。

（ 金澤 誠 筆）