

# ささ山産 特産 丹波黒枝豆

「若さや」のお召し上がり方

- 1) 若さやは水洗いし、たっぷりの塩（豆の1割）を振ってこすり合わせ、うぶ毛をとります。
- 2) まず鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩がついたままの豆を入れてゆでます。
- 3) ゆで時間（鍋フタは取ってゆでてください）  
シャッキリ好みの方＝  
7～8分たったら、つまんで食べて固さを見ます。  
色鮮やかに仕上がります。  
ホクホク好みの方＝  
10～15分ゆでてください。田舎風の食べ方で独特の甘味と栗のようなホクホク感が味わえます。
- 4) 長期保存する場合は4～5分ゆで、急速冷凍してください。食べる時は凍ったままで熱湯に塩を少々入れて好みの固さにゆでます。（ゆでずに冷凍すると色はきれいですが、青臭くなることがあります）

## 「若さや」

### 丹波黒枝豆「マメ」知識

粒が大きく、高級食材として有名な黒豆「丹波黒」はささ山の名産です。「若さや」は、その丹波黒が黒くなる前に枝豆として収穫したもので、普通の枝豆（大豆）よりはるかに粒が大きく味も濃厚で、収穫期間も限られているため珍重されています。

さやの表面のうぶ毛や黒ずんだり褐色の斑があるのは黒枝豆の特徴です。当農園ではできる限り農薬を抑えていますので、稀に虫喰いがあります。

兵庫県篠山市小立 **垣内農園** 079-558-0575

# ささ山産 特産 丹波黒枝豆

「若さや」のお召し上がり方

- 1) 若さやは水洗いし、たっぷりの塩（豆の1割）を振ってこすり合わせ、うぶ毛をとります。
- 2) まず鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩がついたままの豆を入れてゆでます。
- 3) ゆで時間（鍋フタは取ってゆでてください）  
シャッキリ好みの方＝  
7～8分たったら、つまんで食べて固さを見ます。  
色鮮やかに仕上がります。  
ホクホク好みの方＝  
10～15分ゆでてください。田舎風の食べ方で独特の甘味と栗のようなホクホク感が味わえます。
- 4) 長期保存する場合は4～5分ゆで、急速冷凍してください。食べる時は凍ったままで熱湯に塩を少々入れて好みの固さにゆでます。（ゆでずに冷凍すると色はきれいですが、青臭くなることがあります）

## 「若さや」

### 丹波黒枝豆「マメ」知識

粒が大きく、高級食材として有名な黒豆「丹波黒」はささ山の名産です。「若さや」は、その丹波黒が黒くなる前に枝豆として収穫したもので、普通の枝豆（大豆）よりはるかに粒が大きく味も濃厚で、収穫期間も限られているため珍重されています。

さやの表面のうぶ毛や黒ずんだり褐色の斑があるのは黒枝豆の特徴です。当農園ではできる限り農薬を抑えていますので、稀に虫喰いがあります。

兵庫県篠山市小立 **垣内農園** 079-558-0575