

# ふるさとの魅力再発見 にしわき散歩

## 27 都麻乃郷あじさい園 (坂本)



3000株のアジサイが色鮮やかな都麻乃郷あじさい園



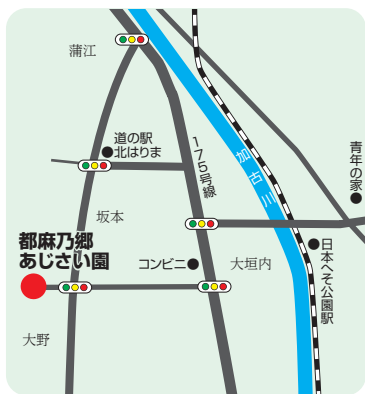
園内で見られるモリアオガエルの産卵

西脇市の魅力、観光資源、史跡  
伝統行事などをお伝えします。

「都麻」とは、播磨国風土記に記載のある古い里名で、津万地区の名の由来になっています。

都麻乃郷あじさい園は西林寺境内の一角にあり、敷地面積約1・2ヘクタール、およそ3000株のアジサイの花が色鮮やかに咲き誇る、北播磨最大規模のあじさい園です。ゆとりのある通路が整備されており、車いすに乗ったままでも散策することができます。

今年の「あじさいまつり」は6月12日に開催されます。3月オープンの日「TUMAこいカフェ」にも、ぜひお立ち寄りください。開花状況など詳細は都麻乃郷あじさい園のホームページに掲載されています。



## 西脇の自然

第507回

### ジュウニヒトエ (しそ科)

西脇市動植物生態調査研究グループ



里地の散歩道から少し山裾の小径に入ると、時々出会うことのできる野草です。花がなければ、こんな野草がなぜ「十二単」なのか首をかしげてしまいます。

この優雅な名称は、長い花穂<sup>かすい</sup>に花が重なりあって咲く美しさを、平安時代の宮中の女官が着物を重ねて着た十二単に見立て、名づけられたのでしょう。花は白っぽくわずかに紫色で、目立ちませんが、よく観ると虫を呼び、花粉を運んでもらえるように工夫され、報酬に甘い蜜も用意しているのに驚くばかりです。

似た仲間のキランソウもよく見ます。

## 今月の旬菜レシピ

北はりま旬菜館の旬野菜。を使ったレシピをお届けします。

### ししとうのピザ風チーズ巻き



- 【材 料】 (2人分)
- ししとう …………… 8本
  - スライスチーズ …… 4枚
  - ハム …………… 4枚  
(ベーコンでも可)
  - サラダ油 …………… 適量
  - 塩コショウ …………… 適量
  - トマトソース ……… 適量  
(ケチャップでも可)

#### 【作り方】

- ① ししとうのヘタを切り、真ん中あたりに、包丁で切れ目を入れます。
  - ② フライパンに、サラダ油を熱し、ししとうを1~2分炒めます。
  - ③ ししとうを取り出し、塩コショウを振ります。
  - ④ ハム、スライスチーズを半分に切ります。
  - ⑤ ハムの上にスライスチーズを重ねて乗せ、スライスチーズの上  
にトマトソースを薄く広げます。
  - ⑥ ③のししとうを⑤で包み、爪楊枝で刺して留めます。
  - ⑦ サラダ油をひいたフライパンで⑥を2分程焼きます。
  - ⑧ 焼き終わったらお皿に盛り付けて出来上がりです♪
- ★ししとうの苦味が苦手なお子さんも、チーズのまろやかさと一緒に召し上がれば、克服できるかもしれません。
- ★おつまみにもおすすめです。



#### <ししとう>

ししとうは初夏から夏にかけて旬を迎えます。ビタミンCが豊富で夏の疲労回復にも効果抜群です。旬菜館では環境に配慮した栽培方法を行う農家が生産した農産物、「西脇ファーマーズブランド」に認証されたししとうも販売しています。ぜひ、西脇で採れた旬の野菜を召し上がってください。