

各 位

プレスリリース

株式会社農業総合研究所

## やさいの日特別企画 | 農総研スタッフの 「押し野菜」を公開

～農業の専門家が語る、知られざる野菜の魅力を3つのトピックで紹介～

「持続可能な農産業を実現し、生活者を豊かにする」をビジョンに掲げ、全国の都市部を中心としたスーパーマーケットで「農家の直売所」を運営する株式会社農業総合研究所（本社:和歌山県和歌山市、代表取締役会長 CEO:及川 智正、以下「当社」）は、8月31日の「やさいの日」に合わせ、全国の生産者・集荷現場・スーパー売場と日々向き合う社員を対象に「押し野菜」に関するアンケートを実施し公開しました。

「押し野菜」の品目・品種・産地をはじめ、推しの理由、出会いのエピソード、おすすめの食べ方など、農業の専門家だからこそその視点でまとめています。



The banner features a red background with images of fresh vegetables: cherry tomatoes, eggplants, and cucumbers. The text is in white and yellow, announcing the campaign and the date.

株式会社農業総合研究所  
Nounsouken Corporation

やさいの日特別企画  
農総研スタッフの  
「押し野菜」  
をエピソードとして公開

農業の専門家が語る、知られざる野菜の魅力

8月31日  
(野菜の日)

## **実施の背景**

生産者が丹精込めて育てた野菜がスーパー等の小売店に並びますが、まだ広く知られていない魅力的な野菜は数多くあります。定番のトマトやさつまいもでさえ、品種や育て方によってまったく異なる味わいがあることを、多くの方はご存じないかもしれません。

当社は、「持続可能な農産業を実現し、生活者を豊かにする」をビジョンに掲げ、全国約10,000名の生産者と都市部のスーパーをITでつなぐ産直流通事業を展開しています。野菜の魅力が生活者に正しく伝わり、選ばれることが生産者の売上に直結し、農業が持続可能なビジネスとして成り立つ基盤になると考えています。

農総研のスタッフは、産地へ訪問し、生産者と対話し、集荷・品出しの現場にも足を運び、数多くの野菜と出会ってきています。そのような環境で働く専門家たちが「本当に美味しい」と感じた野菜の魅力を、「やさいの日」にあわせて広く届けたいという思いから、本企画を実施しました。

## **「推し野菜」アンケート概要**

|        |                            |
|--------|----------------------------|
| 調査名    | 農総研社員が選ぶ「推し野菜 2026」社内アンケート |
| 調査対象   | 農業総合研究所 社員                 |
| 調査方法   | 社内アンケート（Google フォーム）       |
| 調査時期   | 2026 年 8 月                 |
| 有効回答者数 | 40 名                       |
| 延べ品目数  | 50 品目                      |

### **【アンケート設問項目】**

- Q1、推しの野菜名を教えてください
- Q2、推しの品種名を教えてください
- Q3、産地を教えてください
- Q4、この野菜を知ったきっかけを教えてください
- Q5、推しの理由・魅力を教えてください
- Q6、生産者や産地にまつわるエピソードを教えてください
- Q7、おすすめの食べ方・レシピを教えてください

## **農総研スタッフの「推し野菜」を紹介**

「推し野菜」の裏には、どんなストーリーがあるのか。産直の現場でしか出会えない野菜の話あり、40年前の仮説から始まった栽培哲学の話あり、思わず笑ってしまうユニークな

---

エピソードあり。農業の専門家たちの「押し野菜」は、想像以上に豊かなストーリーをまわっていました。

以下、3つのトピックに分けてご紹介します。

### 【トピック 01】農総研だからこそ出会えた野菜たち

農総研のスタッフは、生産者・集荷現場・産直売場を通じて、全国の生産者と日常的に直接接点を持っています。だからこそ、一般的なスーパーの青果売場では取り扱いの少ない野菜と出会う機会があります。ここでは、そんな農総研スタッフならではの出会いのエピソードをご紹介します。

#### ・取材で出会ったナスが、忘れられない一品になった

押し野菜：なす「とげなし輝楽」／愛知県の生産者

取材でお伺いした農園で、生産者のご厚意からいただいた一品が忘れられません。まず見た目からしてツヤツヤで張りがあり、思わず「きれい」と声が出るほどの美しさ。口に入れると、トロトロの食感と自然な甘み、えぐみのなさに驚きました。丁寧に手間暇かけて育てられていることが、野菜そのものから伝わってくる一品でした。

おすすめの食べ方：豚肉と一緒にレンチンしてポン酢で。油と相性が良く、シンプルな調理でその美味しさが存分に引き立ちます。

#### ・集荷現場で出会った、ダントツで美味しいじゃがいも

押し野菜：じゃがいも「デジマ」／長崎県の生産者

集荷・物流の現場で初めて目にした品種「デジマ」。舌触りがとてもよく、じゃがいもの「おいしいところ」をすべて詰め込んだような味わいで、ダントツで美味しいと感じました。産地の生産者グループが一丸となって品質を守り続けてきた積み重ねが、あの一口に凝縮されていました。

おすすめの食べ方：じゃがバター。素材の良さをシンプルに味わうのが一番です。

#### ・見た目はアメリカンチェリー、正体はトマト

押し野菜：ミニトマト「ぷちぷよ」／鹿児島県の生産者

生産者からサンプルとしていただいた瞬間、その見た目に驚きました。ぷよぷよとした質感、アメリカンチェリーのような愛らしい佇まい。口に入れると青臭さがまったくなく、フルーツのようなさわやかな甘みが広がります。あまりの美味しさに個人的にもネットでお取り寄せするほどでした。つわりでほとんど食事がとれなかった友人に送ったところ「これなら食べられる！」と喜ばれたのは、今でも忘れられないエピソードになっています。

おすすめの食べ方：冷蔵庫でよく冷やしてそのまま。おやつやデザートとしてもおすすめです。

#### ・トマトジュースが苦手でも美味しく飲める

押し野菜：ミニトマト「ルージュジャポネーゼ・ほれまる」／北海道余市町の生産者

大学の友人のご実家がトマト生産者農家でした。農総研の産直卸でその農園のトマトを扱うことになり、生産者の顔写真を確認したとき、見覚えのある顔が写っていて思わず二度見しました。「まさかね」が「やっぱり」に変わったあの瞬間は忘れられません。こんなかたちで仕事でつながる日が来るとは思っていませんでした。味はとにかく濃くて美味しく、トマトジュースが苦手だった自分が勢いよく飲んでしまうほどです。

おすすめの食べ方：生で食べるのが一番！味が濃いので、そのまま冷凍して「アイスの実」のように食べても絶品です。

#### ・農総研の直売コーナーで出会ったピーツに驚いた

押し野菜：ピーツ／神奈川県の実産者

ある日たまたま営業所に届いていたピーツをおすそ分けでもらったのが最初の出会いです。農家の直売所コーナーでなければなかなか出会えない野菜のひとつで、食べたときの味の良さと、ずっしりとした食べ応えのある密度感に驚きました。調べてみると「食べる血液」といわれ、栄養も豊富で、見た目・味・栄養の三拍子が揃った野菜だとわかり、ますます好きになりました。農総研だからこそ出会えた野菜のひとつだと実感しています。

おすすめの食べ方：ボルシチなどの煮込み料理が定番です。

#### ・生産者から教わった、小松菜のお好み焼き

押し野菜：小松菜

生産者から教えてもらってから、ずっと重宝しているレシピがあります。キャベツの代わりに小松菜を使うお好み焼きです。産直の現場で生産者と話す中で教わった一品で、キャベツより調理が楽なうえ、栄養価も高く、子どもも喜んで食べてくれます。「そんな使い方があったのか」と目からウロコで、それ以来、我が家の定番になっています。生産者との接点があるからこそ知ることができた、産直ならではの食の知恵です。

おすすめの食べ方：キャベツをそのまま小松菜に置き換えるだけ。シンプルですが、栄養価はキャベツよりぐっと高くなります。

#### 農総研だから出会えた、珍しい野菜たちをまとめて紹介

通常のスーパー青果売場ではなかなか目にする機会のない野菜も、農総研の産直コーナーや集荷現場には存在します。

##### ・つるむらさき

暑さに強く、夏場に重宝する緑黄色野菜です。独特のぬめりと、ほうれん草に似たほろ苦さが特徴で、社内で話題になったのをきっかけに知り、今では自家菜園でも育てるほどのファンになりました。さっと茹でてポン酢で食べると、夏の季節にさっぱりして美味しく食せます。

##### ・おかひじき

初めて食べて衝撃を受けた野菜です。シャキシャキとした独特の食感と、磯の香りを思わせる風味。名前に「ひじき」とついていますが海藻ではなく、れっきとした陸の野菜です。一般のスーパーではほとんど見かけません。

#### ・バターナッツ（かぼちゃ）

一般的なかぼちゃとは見た目も味もまるで異なる、ひょうたん型の西洋かぼちゃです。名前の通りバターのようになめらかな食感と、上品な甘みが特徴です。スープにすると濃厚で、一度食べるとその美味しさが忘れられません。

#### ・スティックブロッコリー（スティックセニョール）

集荷現場で初めて目にしたとき、思わず足が止まりました。ブロッコリーとアスパラガスのいいところ取りをしたような見た目と味わいで、茎まで丸ごと食べられて、どんな調理法にも合う万能野菜です。通常の青果売場ではなかなか出会えない一品です。

#### ・かつお菜

集荷場で初めて出会い、関西では見たことがなかった野菜です。名前の通り、かつおだしのような旨みが出るのが最大の特徴で、おひたしにすると出汁いらずでしっかりとした味わいになります。まだまだ全国的な認知度は低いです。

### 【トピック 02】美味しさの裏にある、生産者の熱いこだわり

産地を訪ね、生産者の話を直接聞いてきた農総研のスタッフだからこそ知っている、「野菜の美味しさの裏側」を推し野菜とともにご紹介。生産者の長年の研究と、妥協しないこだわり。ここでは、そんな生産者の情熱と哲学が伝わるエピソードをご紹介します。

#### ・土づくりへのこだわりが尋常でない生産者のさつまいも

推し野菜：さつまいも「紅はるか」／千葉県香取市の生産者

生産者から直接話を聞いて知った、土づくりへの尋常ではないこだわり。その結果たどり着いたのが無農薬栽培・有機 JAS 取得という選択でした。甘さだけでなくさつまいも本来の風味が強く、甘いけれど甘ったるくなく、いくらでも食べられます。この農園のお芋には人間だけでなく、ワンちゃんのリピーターも多いといいます。飼い主さんいわく「他のさつまいもは食べなくなってしまった」とのことです。自然本来の味が強い証拠でしょう。

おすすめの食べ方：焼き芋、天ぷら。素材の力を活かすシンプルな調理が最もよく味を引き立てます。

#### ・40 年前の「仮説」から始まった、宮崎のフルーツトマト

推し野菜：ミディトマト「フルーツトマト」／宮崎県の実産者

ブランディングの担当として取材に臨んだとき、生産者から聞いたのは 40 数年前の話でした。「岩場の割れ目に生えるみかんはなぜ美味しいのか」という研究をしていた人物が、「同様の環境でトマトを育てたら美味しくなるのではないか」という仮説を立て、トマト栽培の知識がゼロの状態から挑戦を始めたといいます。トマトの原生地であるアンデス山脈の「光・冷涼・乾燥」という環境を再現しようとするその栽培哲学に、深く感動しました。実際に食べてみると、パリッとした皮、みっちり詰まった実、甘さだけでなく旨みが凝縮されていて、一口目から引き込まれる味わいでした。

---

おすすめの食べ方：生でそのまま。余計なものを加えず、そのまま食べるのが一番です。

#### ・「ストレス」を与えて育てる、和歌山のぶなしめじ

推し野菜：ぶなしめじ／和歌山県日高郡の生産者

巡回中に立ち寄ったスーパーの産直コーナーで発見した、いつもと違うしめじ。生産者に話を聞くと、こだわりの肥料を使い、あえてストレスを与えながらたくましく育てているといいます。その結果生まれるのが、プリプリの食感と、火を通してシャキシャキとした歯ごたえ。香りも味も濃く、一般的なしめじとは明らかに別物の仕上がりでした。厳しい基準の肥料、時間をかけた栽培。手間を惜しまない生産者の姿勢が、一本一本の味わいに宿っています。

おすすめの食べ方：さっと茹でて、大根おろしとポン酢で。素材の風味をシンプルに味わうのが一番です。

#### ・「おいしいを待っている人」のために育てる、岐阜のトマト

推し野菜：トマト「麗夏（れいか）」／岐阜県東濃地方の生産者

産地を訪問して初めて知った品種「麗夏」。岐阜県飛騨地方の夏秋トマトの主力品種「麗月」が棚持ちの良さから量販向けに最適化されているのに対し、麗夏は生産者の手腕が問われる品種で、栽培は決して楽ではありません。完熟すると甘みと旨みに加えてほどよい酸味が乗り、味が非常に濃くなります。農総研の産地から店着までのスピードにより、樹上で熟したタイミングで収穫・出荷できることが、麗夏の本来のポテンシャルを引き出しています。産地の生産者たちが「おいしいを待っているすべての人へ」を合言葉に大切に育てている姿に、産地を盛り上げたいという気持ちがより一層強くなりました。

おすすめの食べ方：無水カレーに麗夏を使うと、トマトの旨みと甘みが強すぎてハヤシライスに近い仕上がりになってしまうほど。「味が濃くてすみません」という状態になるが、それくらい素材のポテンシャルが高いということです。

#### ・脱サラ、移住、ゼロから始めた水なす生産者

推し野菜：水なす／大阪府岸和田市の生産者

正直なところ、それまで水なすをしっかりと味わったことはありませんでした。ところが圃場を訪れて採れたての水なすを口にしたとき、その美味しさに感動しました。トロっとした食感と、まるで「飲める」と思うほどのジューシーさ。生産者は自分と同年の同級生で、異業種から脱サラして新規就農した方です。道の駅で偶然食べた水なすが感動するほど美味しかったことがきっかけで、縁もゆかりもない岸和田の地へ移り住み、ゼロから水なす栽培を始めました。「地元大阪にこれほど美味しいものがある」という誇りを持って育てているその情熱が、確かに野菜の味に出ていると感じます。

おすすめの食べ方：ごま油で焼いた水なすをめんつゆとみりんでトロトロになるまで煮込み、冷たいうどんに盛り付ける。大葉・みょうが・カイワレ大根などの薬味をたっぷりのせれば完成。水なすのジューシーさとトロトロの食感が冷たいうどんと絶妙に合う、夏のひと皿です。

---

## 【番外編】野菜の枠を超えた「推し」とその他ユニークなエピソード

### ・おかわかめを自分で育てようとして、完敗した

推し野菜：おかわかめ

産直コーナーで「今日は色々な野菜に挑戦するシゴデキ主婦」モードだった日に、袋パンパンに100円というコスパに惹かれて購入したのが出会いでした。さっと茹でるとワカメそっくりになる不思議な野菜で、あまりの美味しさに好きすぎて自分で育てることにしました。ネットには「ほっとけば勝手に大量に育つ」「育ちすぎて困る」と書いてあったのに、実際には全く育たず、食べるのも怖いサイズにしかならないまま早々にリタイアしました。野菜を育てることの大変さを、身をもって知ることになりました。

### ・ルッコラに「栄養ドリンク」をかけたら、虫に全部食べられた

推し野菜：ルッコラ／千葉県旭市の生産者

ルッコラは季節によって味が変わる野菜です。夏は辛みが出てさわやか、冬は辛みが抜けてごまっぽい風味になる。この野菜を作る生産者から聞いたエピソードが忘れられません。「人間が元気になるなら野菜も元気になるだろう」と栄養ドリンクをルッコラにかけてみたところ、すごく青々とした綺麗な野菜ができたとのこと。しかし一瞬で虫に食べ尽くされてしまったといいます。「それほど生き生きして美味しい野菜が育ったということでしょう」と生産者の方は笑っていました。

おすすめの食べ方：生のままサラダで。卵焼きに刻んで入れても美味しい。

### ・妹がいつの間にか農総研の野菜のリピーターになっていた

推し野菜：きゅうり・にんじん

妹がいつの間にか農総研の産直コーナーのきゅうりとにんじんのリピーターになっていました。その理由を聞いたところ「他の売り場よりも鮮度が良くて、価格も手頃だから」とのことでした。農総研の産直野菜が、知らないうちに妹の日常に根付いていて、驚きとともに嬉しくもありました。

### ・どうしても推したかった「紀の川柿」

推し果物：柿「紀の川柿」／和歌山県紀の川市の生産者

野菜のアンケートですが、どうしても「紀の川柿」を推したくて回答しました。それほど美味しくて今年も食べるのが楽しみなので共有させていただきます。見た目は黒っぽいのに甘くて濃厚、シャリ感を維持しながら甘みも感じられます。先日の生産者大会でひとつひとつ袋掛けが必要な手間のかかる作業と知り、ますます好きになりました。

## 野菜の魅力を語る裏には、生産者の想いや努力がある

今回集まったエピソードに共通していたのは、野菜そのものの美味しさだけでなく、それを育てた生産者の情熱や哲学、そして現場でしか生まれない出会いのストーリーでした。農産物流通を通じて生産者と生活者をつなぐ農総研は、今後もこうした「野菜の本当の魅力」を届ける取り組みを続けてまいります。

---

## ■ 会社概要

株式会社 農業総合研究所

〒640-8341 和歌山県和歌山市黒田 99 番地 12 寺本ビルⅡ 4 階

URL : <https://nousouken.co.jp/>

「持続可能な農産業を実現し、生活者を豊かにする」をビジョンに掲げ、日本及び世界から農業が無くならない仕組みを構築することを目的とした産直流通のリーディングカンパニーです。全国約 10,000 名の生産者と都市部を中心とした約 2,000 店舗の小売店を IT でダイレクトに繋ぎ、情報・物流・決済のプラットフォームを構築することにより、農産物の産地直送販売を都市部のスーパーで実現した「農家の直売所事業」と、農産物をブランディングしてスーパーなどで提供する「産直事業」を展開しています。

## ■ 本件に関するお問い合わせ

株式会社農業総合研究所 経営企画部 広報課

〒640-8341 和歌山県和歌山市黒田 99 番地 12 寺本ビルⅡ 4 階

TEL : 073-497-7077 Mail : [pr@nousouken.jp](mailto:pr@nousouken.jp)

---