



野菜ソムリエの『美味しい野菜のおはなし』

Vol.02 生でも美味しい「大葉春菊」（うまからーま） 2026年1月16日

こんにちは。「野菜ソムリエの八百屋KANOE」の白木です。

今回は北九州でも代表格の野菜「大葉春菊」についてお話をしようと思います。

「大葉春菊」「ローマ春菊」、最近では「うまからーま」という名前で販売されています。そもそも春菊についてあまり深く考えたことがない人がほとんどだと思います。特に生まれも育ちも北九州の方は当たり前のように「大葉春菊」が一般的な春菊だと思っている方も多いと思います。私の親も大人になってからギザギザの葉の春菊（小葉春菊）の存在を知ったと言っていました。北九州や山口の一部以外は全国的にはギザギザの葉の春菊が一般的です。

大葉春菊（うまからーま）の特徴ですが、葉が丸みを帯びておりクセが少なく、鍋だけでなく生でサラダでも美味しいです。このまえ行った飲食店ではバジルソースのようにしてパスタで提供されていました。北九州市の中でも小倉南区で栽培されており、筍で有名な「合馬の筍」がある地域でもあり、竹パウダーを栽培に使っています。

春菊は地中海沿岸が原産地でイタリアのローマから種が伝わったという話から昔からローマという名前で呼ばれるようになりましたが、最近では美味しい=「うまか」と「ローマ」を掛け合わせて「うまからーま」という名前が誕生しました。

関門地区はふぐの産地ということもあり、クセの少ない大葉春菊（うまからーま）がふぐの淡泊で繊細な味わいを邪魔せず、ふぐを引き立てる風味があるということで好まれるようになりました。

同じ福岡県でも博多のほうに行くとほとんど見かけることはなく、北九州を代表する野菜と言っても過言ではありません。是非この旬のとき（10月下旬～3月くらいまで）にいろいろな食べ方で楽しんでみてください。



野菜ソムリエの八百屋 KANOE

野菜ソムリエ上級プロ 白木浩二

北九州市門司区下二十町9-23

TEL : 090-6635-9602

営業時間：火～木曜 10:00～14:00

ランチタイム 11:30～13:30

定休日：日曜・月曜・土曜・祝日

店舗Instagram



北九なびに
寄稿しています

