



野菜ソムリエの『美味しい野菜のおはなし』

Vol.06 全国的にも人気！北九州が誇る「合馬のたけのこ」

2026年3月19日

こんにちは。「野菜ソムリエの八百屋KANOE」の白木です。

段々と暖かくなってきて春の訪れを肌で感じるようになってきました。

春は様々な植物が芽吹くので野菜も豊富に採れそうなイメージがありますが、実際は冬の野菜が終わりを告げ、春の野菜は冬に比べるとかなり少ないです。

その中でも春といえば「筍」！北九州では小倉南区の合馬で採れる「合馬のたけのこ」が有名です。

北九州市は全国の自治体で最大規模の竹林面積を有するほど竹林が多い都市です。その中でも小倉南区合馬地区で採れる「合馬のたけのこ」は、「えぐみが少なく風味豊かで柔らかい」というのが特徴的です。

私の研修先（修行先）である東京の八百屋でも「合馬のたけのこ」は知られていて今でもシーズン中は販売もしています。

筍はどこにでもあります、合馬のたけのこがなぜここまでブランド化したのでしょうか。

私も大人になって実際に現場で見て初めて知ったことがあります。筍は勝手にどんどん生えてくるイメージですが、合馬では筍は「育てている」といっても過言ではありません。

元々合馬の土壌は粘土質で水分を適度に含んだ赤土であり、更に油かすなどを加えた肥料も与えています。山の整備もしっかりしているので、放置竹林のように乱立して竹が生えているわけではなく、山の中が綺麗な状態で生えています。綺麗な竹林を見るだけでも圧倒されます。

合馬のたけのこに限らず筍は鮮度が命！出来れば掘ってすぐに湯がくことがオススメです。通常、筍を湯がくときは米糠や米の研ぎ汁などを入れて湯がきますが、合馬のたけのこはえぐみの少ない筍なのでお湯だけでも大丈夫です。気になる方は通常どおり米糠などを加えて湯がいても良いと思います。

湯がいた筍は毎日水を取り替えて3～4日以内に食べる、もしくは砂糖をまぶして冷凍すると約一カ月は大丈夫です。

煮物や筍ごはんなど、様々な料理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



特別クーポンチケット

惣菜小パック
1つサービス

おひとりさま1回・門司店舗限定
新鮮な状態で提供するため種類は限定となります。
画面または印刷したものを店頭でご提示ください。



有効期限:2026年4月18日

No.65168575