



若松ロマネスコレシピ開発 試食会を開催しました



地域産学連携の一環として JA 北九、北九州産業学術推進機構と協力し若松地域農産品のレシピ開発を行っています。ロマネスコは平成 27 年頃より若松ブロッコリーと並行して作付けされており、今回ロマネスコを地場名産品として広域にプロモーションを行う目的でレシピ開発を行いました。

2026 年 3 月 11 日に開発したレシピの試食会を開催し、JA・生産農家 6 名、北九州産業学術推進機構 3 名、福原学園 3 名、九州女子大 2 名 合計 14 名の方が参加されました。まず、学生からレシピの紹介を行い、ロマネスコの茹で方や味付け、栄養価のポイントについて説明を行いました。

発表の様子



ロマネスコは
クリスマスツリーのような形です



塩昆布和え

ピクルス

麻婆豆腐



チンジャオロース

肉じゃが



肉まんの生地作りは丁寧に・・・

ロマネスコ入り
回転饅頭



フルーツサラダ

ロマネスコ入り
肉まん



回転饅頭焼いてまーす

ロマネスコスープ



作り方のコツを説明しています



レシピが欲しいと言っていました



生産者のかたに意見を伺っています

試食会では、肉じゃがやヨーグルトは子供も好きなので学校給食でも使って欲しいです。
お肉にあうことが分かって嬉しいです。
あんこは商品化してほしい
芯のつぶつぶの食感が良い！
など生産者さんや JA 北九の方にたくさんご意見を頂きました。

参加していただいた皆様、本当にありがとうございました。



レシピ開発を行った 栄養学科 3年生



林田さん 水上さん 田原さん 福岡さん

初めてロマネスコを使ったレシピを考えたため難しさもありましたが、試作を重ねおいしく仕上げることができました。試食会では生産者の方やJAの方にも食べていただき、「おいしい」と声をかけて貰えたことが嬉しかったです。林田 紗和さん

ロマネスコは見た目が特徴的な野菜で、今回の活動を通して初めて知ることができました。試食では「とてもおいしい!」という声をたくさんいただき、レシピの良さを実感することができて嬉しかったです。あまり馴染みのない野菜ですが、ぜひ多くの人にこのレシピを通してロマネスコのおいしさを知り、食べてみてほしいと思いました。水上 愛由さん

最初は「ロマネスコ」という野菜について知るところからのスタートでしたが、さまざまなレシピを考え、どのようにすればロマネスコの魅力やおいしさを十分に引き出せるのかを試行錯誤しながら取り組みました。満足のいくレシピを完成させることは想像していた以上に難しく感じましたが、何度も工夫を重ねることで納得できる形に仕上げることができました。田原 真由佳さん

ロマネスコのレシピ開発を通して、食材との組み合わせの難しさや相性の良さなど多くの発見がありました。美味しく仕上げる大変さはありましたが、試食会を通して大きな達成感を得ることが出来ました。福岡 来実さん