

# いわきブランド 農産品通信

いわき市から美味しい情報をお届け。  
輝く太陽のもと、豊かな大地で育まれ  
た農産物や、生産者にスポットをあて、  
いわきの農業を盛り上げていきます。

## vol. 57

2013年12月～2014年2月

見せます!  
いわき情報局

いわきのおいしさ確かめ隊

いわき野菜の  
"おいしさ"検証中。

見せます!いわき

Iwaki brand farm product news

見せます!いわき情報局  
いわきのおいしさ確かめ隊

いわきの"おいしい"レシピ特集  
カンタン!オイシイ!  
ほっこり料理

プレゼントが抽選で当たる!  
読者アンケート

特集1:いわき農家の声  
楽・農・人 ゆうゆうファーム

特集2:いわき野菜×料理人  
Hagiフランス料理店

特集3:いわきの伝統野菜を次世代へ  
伝統野菜とは  
伝統野菜の種採り体験  
こんにゃく作り体験



教えて!野菜のQ&A  
長ネギ・葉ネギ

いわき見える化プロジェクト  
見せます!いわき情報局

event report  
ふりかけグランプリ @inいわき

緊急指令! MISSION 003  
くまんま、お気に入りのふりかけを探す!

編集・発行: いわき市役所 農林水産部 農業振興課  
〒970-8686 いわき市平字梅本21 TEL0246-22-7479 FAX0246-22-7589  
制作: 株式会社 福島インフォメーション リサーチ&マネジメント

pick up  
いわきの"おいしい"レシピ特集

### カンタン! オイシイ! ほっこり料理

葉ねぎを使った、シャキシャキもちもちの本格チヂミをご紹介します。手軽に作れるプロの味をぜひお試しください。  
このレシピは、ウェブサイト「見せます!いわき情報局」の「いわきdeキッチン」コーナーでご覧いただけます。

見せます!いわき情報局

レシピを教えたのは? /  
**本田 よう一**  
(ほんだ よういち)さん

福島県出身の若手料理家。料理雑誌、料理番組で活躍中です。  
<http://youichi-honda.com>

お好みで酢じょうゆをつけて食べると美味しい!

### 葉ねぎのチヂミ

材料 (2人分)

- ◆ 葉ねぎ...100g
- ◆ 赤ピーマン...1/2個
- ◆ 桜えび...大きじ2
- ◆ ごま油...適量

A (小麦粉...大きじ4  
片栗粉...大きじ2  
塩...小さじ1/3)

B (溶き卵...1個  
水...1/4カップ  
しょうゆ...小さじ1)

作り方

- ① 葉ねぎは根を取り、長さを半分にし、赤ピーマンは薄い輪切りにする。AとBをそれぞれ混ぜてから全体を合わせ、桜えびを加える。
- ② 熱したフライパンにごま油を入れ、赤ピーマンの半量を散らし、葉ねぎを広げるように入れる。
- ③ ①を全体に流し入れ、残りの赤ピーマンを散らし、フタをして3分蒸し焼きにする。
- ④ チヂミを一度お皿に取り、フライパンにごま油を入れ、チヂミを戻して反対側を焼く。(時折フライ返しで押し付けながら、中火で2～3分ほど)
- ⑤ 焼きあかたら、食べやすい大きさに切り完成。

## 読者アンケート

プレゼントが抽選で当たる!

本紙に関する読者アンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で**33名様にプレゼント**を差し上げます。

**3名様に 冬野菜セット**

**30名様に アグリ☆ファイブキーホルダー**

※写真はイメージです

アンケートはココにアクセス! うまいべ!いわき

※ご記入いただいた個人情報は、当選者の連絡及び商品の発送と、個人を特定しない統計情報としての利用以外では使用されることはありません。



# いわき農家の声

(代表) 丸山雄三さん  
友子さん



フェイジョア

南米原産の果物で、キウイに似た形をしています。果肉はクリーム色で柔らかく、西洋ナシのような食感で、甘い芳香とまろやかな風味が特徴。

小川 楽・農・人 ゆうゆうファーム 「らくのうじん ゆうゆうファーム」

## いわきに実った南国果樹

約793平方メートルの敷地を持つこの農園では、30種類以上の果物と野菜を栽培しています。

農園の名前は、代表の丸山雄三さんの「雄」と、奥さんである友子さんの「友」を取って付けたもの。

丸山さんは、ニュージーランドに旅行した際、美しい花をつけたフェイジョアに魅せられ、栽培することを決意。平成15年に会社を早期退職し、フェイジョア栽培と田舎暮らしの両立を目的に、いわき市へ移住しました。

しかし、農業の経験が無かったことや、フェイジョアが実をつけるまで何年もかかる果物であることと、当初は苦労の連続でしたが、試行錯誤の結果、現在では安定して収穫ができるまでになりました。丸山さんは、日本ではまだ馴染みのないフェイジョアの魅力を広めたいと、地元の菓子店の協力のもと、加工品の開発を行っています。

添加物は一切使用せず、フェイジョアの香りや味を活かすため、何度も改良を重ねた「フェイジョア生ドーナツ」(300円)や、新商品の「フェイジョアマカロン」(3個入)(550円)は、すぐに売り切れてしまう程の人気です。

平成25年11月には、直売所の庭園に、豊かな自然とフェイジョアスイーツを味わえるカフェをオープン。「スイーツの種類を増やし、カフェを癒しの場にしたい」と話す、丸山さんの挑戦はこれからも続きます。

平成年11月には、直売所の庭園に、豊かな自然とフェイジョアスイーツを味わえるカフェをオープン。「スイーツの種類を増やし、カフェを癒しの場にしたい」と話す、丸山さんの挑戦はこれからも続きます。



☎ 0246-83-3110

〒 いわき市小川町塩田字堀口10-1

営 11～3月(生食用は12月まで)  
9:00～17:00

休 年末年始



内郷 Hagi フランス料理店 「はぎふらんすりょうりてん」

## その日、その人のために

内郷御台境の静かな住宅街にある、フランスの田舎町のような趣のレストラン。オーナーシェフの萩春朋さんが平成23年7月にオープンしたこのお店では、温かみのあるアンティークな雰囲気の中、本格フレンチとお酒を堪能できます。

メニューは、季節のいわき野菜を使用した「フルコース 昼・夜」(5,250円)。旬の食材を最高の状態で味わってもらうため、その日の仕入れによりメニューを変えています。

1日1組の完全予約制となっております。お客様との会話の時間も作り、食材を見せながら、説明も丁寧に行うことを心がけています。

萩さんは、地元の農家さんが育てたおいしい野菜で、最高の料理を作りたいという想いから、直接農家や畑を訪ね、野菜の勉強をしています。努力を重ね作られた料理は、素材の味が生かされ、予約が3カ月前まで埋まってしまうこともあるほどの人気です。



Hagi フランス料理店



☎ 0246-26-5174

〒 いわき市内郷御台境町鬼越171-10

営 ランチ12:00～ デイナー 18:00～  
年中無休※完全予約制(1日1組限定)

また、地元の食材を広めるため、さまざまな活動を行っています。平成25年7月30日に行われた「第1回いわき昔野菜プレミアム料理教室」の講師を務め、9月には、世界の国家元首・王室などの専属料理人の団体である「国家元首のシェフクラブ」に日本人で唯一招待され、フランスやモナコを訪問し、いわき野菜を使った料理を提供しました。

萩さんは「経験を生かして、生産者と料理人が交流する場を作りたい」と、今後の目標を話してくれました。



# いわきの伝統野菜を次世代へ

いわき市内には、約60種類の伝統野菜が存在し、中には半世紀以上受け継がれ栽培されているものもあります。

いわき市では、平成22年度から、伝統野菜の継承普及のため、さまざまな取組みを行ってまいりました。今回は、伝統野菜の魅力を知ってもらうために実施された体験をご紹介します。

## 伝統野菜とは

伝統野菜とは、古くから種や株の保存が続けられ、伝統的な栽培方法により受け継がれてきた在来作物をいいます。近年の消費社会の中で、次第に消えつつあるのが現状ですが、その地域の気候や食文化、何より人々の体に最も適していると言われています。

## 十六ササゲ

【栽培地域】大久町大久地区  
【特長】赤褐色の種子は、菓子や赤飯に加工され、若い莢(さや)は野菜として食べられている。



## 蒟蒻 (こんにゃく)

【栽培地域】田人町荷路夫地区  
【特長】在来種はねばりの強さが特徴。こんにゃくへ加工する際、こね作業を十分に行うことにより、弾力性のあるこんにゃくができる。



## おかごぼう

【栽培地域】渡辺町田部地区  
【特長】一般のゴボウと比べ太くて大きい。肉質が柔らかく、甘みが強いので、混ぜおこわや肉巻きに最適。



## 伝統野菜の種採り体験



おかごぼうの種



十六ササゲの種取り



たいはく  
(白さつま)の収穫



むすめきたかの種

## こんにゃく作り体験

明治時代初期に蒟蒻(こんにゃく)栽培が始まったと言われる田人地区で、平成25年10月に、こんにゃくを作る体験が行われ、いわき市から見せる課職員2名が参加しました。

作り方の指導は、20年以上こんにゃくを作り続けている、緑川多賀子さん。ペースト状にした蒟蒻芋に、必要材料をいれたら1時間ほどおき、あとは弾力が出るまで手こねを繰り返します。一つ一つ形を整え、釜に入れ茹であげる作業は、熟練の技が必要です。田人の郷土料理には欠かせないこんにゃく作りを体験することで、伝統の味を知ることができました。



### こんにゃく作り体験 (緑川多賀子さん)

☎ 0246-69-2401

📍 いわき市田人町黒田字久保119  
※料金・営業日・体験内容は、お問合せください。

古くから受け継がれてきた伝統野菜は、種が市場に流通しないため、毎年栽培し種を残さなければ、途絶えてしまいます。平成25年10月に、夏井地区にある伝統野菜のほ場で、「十六ササゲ」「おかごぼう」「たいはく(白さつま)」の種採りが行われました。いわき市から見せる課の職員2名が参加し、伝統野菜の種の収穫を体験しました。収穫した種は、ゴミや虫食いを取り除き、良質なものをみを選別し、よく乾燥させて保存します。参加した職員は、「選別が大変」「見分けが難しい」と、継承することの大切さを体験しました。

## 教えて!野菜のQ&A

Q. おいしい食べ方を教えて!

A. 焼きネギと、鍋物がおすすです!

JAいわき市ねぎ部会長 小宅廣さん

### 長ネギ

Q. 新鮮な長ネギの選び方は?

A. 葉先はピンとして、根本は弾力があり、白と緑の色がはっきりしているのが良いです。12~2月に育った長ネギは、トロリとして甘みがあります。

Q. 新鮮な葉ネギの選び方は?

A. 濃い緑色で、潰れていないものが良いです。夏より冬の方が時間をかけて育つので、おいしいです。

Q. おいしい食べ方を教えて!

A. 細かく切った葉ネギと鰹節を、ご飯にたっぷりとのせて、醤油をかけると絶品!

草野グリーンファーム 草野城太郎さん

### 葉ネギ





いわき見える化プロジェクト

# 見せます! いわき情報局

## 始動!! いわきのおいしさ確かめ隊

見える課では、いわき野菜の“おいしさ”などの魅力を検証・発信するため、平成25年10月5、6日の「いわきサンシャイン・フェスタ2013」から新しい取り組みをスタート。

消費者にいわき野菜の魅力をインタビューし、ホームページやフェイスブックで発信しています。今後も色々なイベント会場で実施していく予定です。



「見える課」は、「いわき見える化プロジェクト“見せます!いわき”」における諸事業を推進するためのプロジェクト組織であり、市役所内の正式な課ではありません。また、課長、課員とも、全員が所属部署との兼任です。

詳しい情報はWEBで検索!

[見せます!いわき情報局](#)

[検索](#)



event report

報告!!

## ふりかけグランプリ® inいわき



平成25年10月5、6日の2日間、小名浜港アクアマリンパークで、ご当地ふりかけを来場者が食べ比べ、No.1を決定する「ふりかけグランプリ®inいわき」が開催されました。

グランプリは、いわき市の丸秀水産(株)「カジキと穴子の骨太生ふりかけ」が受賞。アグリ☆ファイブや、各地から人気ご当地キャラクターも駆けつけ、会場を盛り上げました。来場者からは、「いろんなふりかけが食べられて楽しかったので、また開催してほしい!」という声がありました。



緊急指令!

# MISSION

くまんま、お気に入りのふりかけを探す!



アグリ☆ファイブの情報はこちら→

[うまいべ!いわき](#)

[検索](#)