

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. 60
2014年9月～11月

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

いわき野菜の
"おいしさ" 検証中。

見せます!いわき情報局 検索



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
緑川 美水 さん
(山ぼうしの家 とうふ工房)
特集2:いわき野菜×料理人
北林 由布子 さん
(ITALIAN CUCINA&BAR La Stanza)

特集3:いわきの伝統野菜を次世代へ
伝統野菜とは
かんぴょう作り体験
在来あおばたで豆腐作り

教えて!カンタン家庭菜園
ベビーリーフを育てよう!
いわき見える化プロジェクト
見せます!いわき情報局
いわき農産物マスコットキャラクター
GO!GO!アグリ☆ファイブ

表紙/白や紫など大きな形の「花豆」、マーブル模様の「うすら豆」、色とりどりの「なたまめ」など、いわき市で昔から栽培されている伝統野菜です。
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

農家さんに聞いた、豆腐をよりおいしく食べるレシピをご紹介します。手軽に作れ、おつまみにもピッタリです。

レシピを教えたのは?
緑川 晴子
(みどりかわ せいこ)さん
いわき市田人町の大豆農家。栽培している「タチナガハ」「あおばた」を使い、豆腐を製造しています。

Delicious!!

たっぷりニラの冷奴

材料 (2人分)
◆木綿豆腐…1丁 A (刻んだニラ…1束
めんつゆ…200ml
ごま油…適量)

作り方
①器にAを入れ、30分ほど漬ける。
②木綿豆腐を食べやすい大きさに切る。
③木綿豆腐にたっぷりAをのせて完成。

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 秋野菜セット

30名様 アグリ☆ファイブキーホルダー

アンケートはココにアクセス! うまいべ!いわき 検索

※ ご記入いただいた個人情報は、当選者の連絡及び賞品の発送と、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。

いわきの農家の声

(店主) 緑川 美水さん
妻: 晴子さん



田人 緑川 美水さん(山ぼうしの家 とうふ工房)

豆腐一丁に想いをこめて

田人町貝泊の農家レストラン「山ぼうしの家」の向かいにある「山ぼうしの家 とうふ工房」。店主の緑川美水さんと妻の晴子さんが平成21年10月に始めたこの工房で、地産の大豆と清水を使用した濃厚で風味豊かな豆腐を作っています。定年退職後は田人の町おこしをしたと考えていた緑川さんは、「山ぼうしの家」代表の蛭田一さんの誘いをきっかけに、大豆栽培と豆腐作りを独学で始めました。種まきから収穫までをほぼ手作業で行う大豆栽培は、大変な労力が必要ですが、現在では、いわきの伝統野菜「あおばた」も栽培しています。試行錯誤を繰り返して完成した豆腐は、県外からのお客さんがいるほど。「気温や天候により、豆腐の味も変わるが、それも手作りの魅力」と緑川さんは言います。

商品には4種類で、しっかりとした食感の「木綿豆腐」(100円)と、黒蜜をかけてスイーツとしても楽しめる「絹豆腐」(100円)、大豆の風味豊かな「寄せ豆腐」(250円)、枝豆のような甘さの「あおばた豆腐」(300円)があります。中でも「あおばた豆腐」は、店頭で並ぶとすぐに売り切れるほどの人気です。また、緑川さんは「豆腐作り体験教室」の開催など、地産地消の大切さを伝える取組みも積極的に行っています。「今後は、地域ぐるみで新しいメニュー開発をしていきたい」と話す緑川さんの挑戦は、これからも続きます。

田人町貝泊の農家レストラン「山ぼうしの家」の向かいにある「山ぼうしの家 とうふ工房」。店主の緑川美水さんと妻の晴子さんが平成21年10月に始めたこの工房で、地産の大豆と清水を使用した濃厚で風味豊かな豆腐を作っています。定年退職後は田人の町おこしをしたと考えていた緑川さんは、「山ぼうしの家」代表の蛭田一さんの誘いをきっかけに、大豆栽培と豆腐作りを独学で始めました。種まきから収穫までをほぼ手作業で行う大豆栽培は、大変な労力が必要ですが、現在では、いわきの伝統野菜「あおばた」も栽培しています。試行錯誤を繰り返して完成した豆腐は、県外からのお客さんがいるほど。「気温や天候により、豆腐の味も変わるが、それも手作りの魅力」と緑川さんは言います。



山ぼうしの家

☎ 0246-68-3088
〒 いわき市田人町貝泊字コブキ地内
🕒 日曜 8:00 ~ 14:00
※「山ぼうしの家 とうふ工房」の豆腐を販売しています。



いわき野菜 × 料理人



平 北林 由布子さん (ITALIAN CUCINA&BAR La Stanza)

いわき野菜の味を活かして

いわき駅前から徒歩2分、平中心街のビル3階にある、イタリア料理店「La Stanza」。店長の北林由布子さんは、エスプレッソに魅せられ、東京でバリスタとして働いた後、平成16年3月に地元いわきで本格イタリア料理とコーヒーが味わえるお店を始めました。鮮やかな青い家具が印象的な店内では、料理にも使われている、市内の契約農家から仕入れた無農薬・無化学肥料のいわき野菜の販売もしています。パスタは10種類を超えるメニューがあり、旬の野菜を使った「日替わりパスタ」(生パスタ1,100円、乾麺1,000円)が一番人気。ほかには、好間町にある「生木葉ファーム」の有精卵を使った、3つのデザートが味わえる「ドルチェエミスト」(650円)も評判で、食事からカフェまで楽しめます。北林さんがいわき野菜に出会ったきっかけは、内郷にある「Hagi

フランス料理店の「秋春朋シェフ」の紹介でした。契約した市内5軒の農家に足を運び、自ら収穫することもあります。そのまま食べてもいいし、いわき野菜の味を活かすため、石釜でシンプルに焼き上げた野菜は、香ばしくジュシーに仕上がりに、イタリアの知人からも絶賛されるほどの出来栄です。「いわき野菜の魅力や、農家さんの想いを伝えるために、これからもおいしい料理を提供し続けます」と力強い想いを話してくれました。

ITALIAN CUCINA&BAR La Stanza

☎ 0246-35-5767
〒 いわき市平字三町目8-2 3F
🕒 【月~木・日】
ランチ11:30 ~ 15:00 (L.O.14:30)
ディナー17:30 ~ 22:00 (L.O.21:00)
【金・土・休前】
ディナー17:30 ~ 23:00 (L.O.22:00)
🚫 水曜 ※貸切予約のみ営業



いわきの伝統野菜を次世代へ

いわき市内には、70種類以上の伝統野菜が存在し、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きました。今後は継承していくことに注力し、多くの方が伝統野菜に直接触れられるよう、伝統野菜を栽培していきます。

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野菜をいいます。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。

あおばた

【栽培地域】鹿島町下蔵持、錦町、常磐白鳥町、遠野町入遠野
【特長】大豆の一種で、濃い緑色をしている。ひたし豆や酢豆として食べられている。



白花豆 (しろはなまめ)

【栽培地域】田人町荷路夫地区
【特長】インゲンマメの変種で、大粒の白い皮が特徴。冷涼な地域で栽培され、煮豆として食べられている。



むらさき豆

【栽培地域】川前地区
【特長】小ぶりなさやに5～6粒の赤紫色の豆になる。煮豆にすると赤紫色から朱色に変わる。



かんぴょう作り体験



平成26年8月23日、下仁井田集落資源保全会による取組みの一環として、代表の鈴木稔さん宅(四倉町下仁田地区)で今年から栽培を始めたユウガオを使った「かんぴょう作り体験」が開催されました。かんぴょうは、ウリ科のユウガオの実を「手かんな」という道具を用いて薄く削り、乾燥させたものです。

永崎川畑地区でユウガオを作り続けている作山寛さん、君子さんご夫妻が作り方の指導を行い、夏休みの子どもたちを中心に15名が参加しました。参加者は、「かんぴょうは知っていたけど、こんな形なのは初めて知った」「種を持ち帰って家で作ってみる」と、伝統野菜に触れることができました。

在来あおばたで豆腐作り

平成26年5月30日、いわき昔野菜体験教室が開催され、講師に「山ぼうしの家とうふ工房」の緑川美水さんを迎えて、豆腐作りが行われました。

まず初めに、ペースト状にした「あおばた」を、鍋に入れて90℃まで加熱します。こした豆乳を再び加熱し、火を止めてにがりを入れ、固まり始めたらずルで水を切ると、寄せ豆腐の出来上がりです。

参加者には「あおばた豆腐」が振舞われ、「甘味があつてなにもつけなくてもおいしい」と、素材の大切さを知ることができました。



教えて! カンタン家庭菜園 ベビーリーフを 育てよう!

用意するもの

- ・ベビーリーフの種
- ・プランター・培養土
- ・霧吹き・食品用ラップ

※プランターは100円ショップのシャープスタンドでも代用できます。

育て方を教えてくれたのは?

ファーム白石代表
白石 長利 (しらいしながとし) さん

いわき市小川町で土にこだわりながら野菜作りをしている若手農業者。「顔の見える農業」を実践している。

ご家庭にある物で、カンタンにできるベビーリーフの栽培方法をご紹介します!



1 準備をする

プランターに土を入れ、鉢底から流れるくらいたっぷりと水をしみこませる。



4 保管する

保温と保湿のため、全体を覆うようにラップをし、高温と直射日光を避けた場所で保管する。



2 種をまく

種をつまみ、指先をすりあわせるようにして全体にばらばらとまく。



5 日に当てる

全体の芽が出たらラップを外し、一日経ったら日当たりの良い場所へ移動する。



3 土をかぶせる

種が隠れるくらい土をかぶせ、手のひらで軽く押さえる。



6 育てる

土が乾いてきたら水をあたえる。食べるタイミングはお好みで!





いわき見える化プロジェクト

見せます! いわき情報局

いわきのおいしさ確かめ隊がインタビューした、いわき野菜の“おいしさ”検証結果はウェブサイトで発信中です!

見せます! いわき情報局



見せる課バスツアー

見せる課では、「いわきの農産物がどのように作られ、どのように検査されるのか。そして、獲れたての味はどんなおいしさなのか」を知っていただくための産地訪問バスツアーを行っています。

平成26年6月28日には、NTT労働組合東日本本社総支部様と新宿調理師専門学校様にご参加いただき、農産物のモニタリング検査を見学し、「いわき見える化プロジェクト」の取組みや検査状況の説明を受けた後、それぞれ、トマトやじゃがいもなどの生産現場を直接訪問。生産者の取組みや想い、そして、その場で新鮮ないわき野菜を味わっていただくことで、いわき野菜の魅力などを実感していただくツアーとなりました。

今後も、風評の払拭に向け、「いわきのありのままの今」を見せる取組みを継続していきます。



いわき野菜 de チョコベジ

平成26年7月27日、JAいわき市さんの主催で、小学生の親子を対象に「いわき野菜 de チョコベジ」が開催されました。

チョコベジとは、野菜にチョコレートソースをつけて食べる食べ方で、チョコを味わった後に、野菜本来の味や食感が感じられる、野菜の新しい楽しみ方なんです。今回は、ナス、ゴーヤ、オクラなどのいわきの夏野菜でチョコベジを体験。

参加者からは、「ゴーヤを生で初めて食べたけど、チョコをつけるとおいしかった」、「スイーツ感覚で生野菜を食べることができた」などの感想をいただきました。

今後も、いわき野菜のおいしさをより実感していただけるよう、季節毎に旬の野菜を使って開催していく予定ですので、皆さんもぜひ参加してみてくださいね!



GO! GO! アグリ☆ファイブ

いわき農産物マスコットキャラクター

いわき市の特産品であるいわき梨。今回はなしポチが、小川町にある「JAいわき市梨選果場」に行って、おいしさの秘密をレポートします。

みんなのお家にお届けだっぺア!



GOAL!

START! 収穫 (しゅうかく)

いわき市内で、毎朝約 17 トンの梨を手作業で大切に収穫し、コンテナに詰めて出荷します。



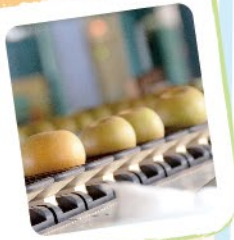
Step 2 荷受 (にうけ)

89ヶ所の梨農家から、毎日約 1,000 箱のコンテナが選果場に集まります。



Step 3 選果 (せんか)

「透過式光センサーシステム」で糖度や熟度などをチェックし選別します。



Step 4 箱詰 (はこづめ)

丁寧に梨のキズ・出来具合・サイズを選別し、箱に詰めていきます。



Step 5 出荷 (しゅつか)

規格ごとに仕分けし、その日のうちに出荷します。出荷された梨は市内の店頭にも並びます。また、直接選果場から購入することも可能です。



サンシャインいわき梨

いわきの特産品と言われる「サンシャインいわき梨」は、柔らかさと高い糖度が特長です。みずみずしく収穫が早い「幸水」(こうすい)や、ほど良い酸味がおいしい「豊水」(ほうすい)を中心に栽培されています。

おいしい梨がいっぱいだっぺア!

梨フェアを開催しました

サンシャインいわき梨の販売促進を目的に市内量販店 11 店舗にご協力をいただき、8月23日(土)と24日(日)に幸水、9月13日(土)と14日(日)に豊水を対象とした「いわき梨フェア」を開催しました。梨のおいしさをお客様に伝えようと、なしポチも大忙し! ご試食いただいたお客様からは、「とても甘くておいしい」と評判でした。



JAいわき市梨選果場			
☎ 0246-83-2132			
📍 いわき市小川町西小川字下蕪田 16 番地			
🕒 9:00 ~ 15:00 (8/18(月) ~ 10月下旬)			
📅 不定休			
販売品種	8月	9月	10月
幸水 (こうすい)		今期は9/3で終了	
豊水 (ほうすい)		今期は9/22で終了	
涼豊 (りょうほう)	9月下旬 ~ 10月上旬		
新高 (にいたか)	10月上旬 ~ 下旬(月・木)		

※天候等により販売を早期に終了する場合があります。購入の際は、電話にて確認のうえお越しください。