

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. 64
2015年9月～11月

Iwaki brand farm product news

いわき見える化プロジェクト
見せます!いわき情報局

アンバサダー
募集中!!

見せます!いわき情報局

見せます!いわき情報局
いわき野菜アンバサダー

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

Iwaki Laiki×カジキ ロコモコ
食べ歩きキャンペーン

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

松本 明能さん

特集2:いわき野菜×料理人

塚原 恵美子さん(山里レストラン 味彩)

特集3:いわきの伝統野菜を次世代へ

伝統野菜とは

暮らしの伝承郷夏祭り

いわき昔野菜保存会サマーセミナー

教えて!いわき野菜&直売所

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:いわき市で栽培されているハート型の久重栗かぼちゃ「黄色いハート」を丸ごと使ったカボチャシチュー

■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

ナシと赤シソのパンケーキ

材料 (2人分)
◆ナシ…半分
◆パンケーキ…2枚
◆クリームチーズ…適量

作り方
① 鍋に水750ccを入れて沸騰させ、赤シソを加えて8分ほど煮出す。
② 赤シソを取り除き、砂糖を加えて弱火で温める。
③ 火を止めて酢を回し入れたら、赤シソジュースの完成。
④ 粗熱が取れた赤シソジュースに、切ったナシを色づくまで浸す。
⑤ パンケーキの上にクリームチーズと④をのせて完成。

料理人に聞いた、梨のアレンジレシピをご紹介します。赤シソ浸けのナシは、そのまま食べてもアイスやヨーグルトにトッピングしても楽しめます。

レシピを教えてくださいの? / 塚原 恵美子 (つかはら えみこ)さん

いわき市三和町にある「山里レストラン 味彩」のオーナーシェフ。いわき産の食材を取り入れた料理を提供しています。

いわき市内10店舗で
好評開催中!

Iwaki×カジキのロコモコ
Laiki 食べ歩きキャンペーン

9/1火 ▶ 11/30月
いわき市内 10店舗で開催中

期間中
スタンプラリー付
グルメマップ配布中!

Iwaki Laiki など
豪華賞品が抽選で100名様に当たる!
※スタンプが3つ揃った最後のお店にお渡しください。

詳しくは、Iwaki ロコモコ を検索

主催/いわき地域の恵み安全対策協議会
共催/カジキグルメ実行委員会
福島県地域創生総合支援事業(サポート事業)

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協力いただいた方の中から、抽選で
33名様にプレゼントが当たります。

3名様 秋野菜セット
30名様 アグリ☆ファイブ クリアファイル&ボールペンセット

アンケートはココにアクセス!
見せます!いわき情報局

※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以外で使用されることはありません。

いわき農家の声

松本 明能さん



小川 松本 明能さん

甘い秋の味覚を届けたい

小川町で55年以上いわき梨を栽培し、現在はJAいわき市梨部会長を務める松本明能さん。梨の王様とも言われ甘みが強い「幸水」、酸味とのバランスが取れた「豊水」を栽培しています。いわき市の特産品でもある梨は、何ととっても高い糖度とみずみずしさが特徴です。

毎朝、日の出とともに畑へ行くという松本さん。梨は一年中手がかかる果物ですが、中でも重要なのは「適果」です。高品質な果実を収穫するためには欠かせない作業の一つでもあります。実が小さいうちに全体の約6割の数が減らすことで、十分な栄養がいきわたり、大きくみずみずし



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
 営 9:00～15:00 (8/10(月)～10月下旬)
 休 不定休

販売品種	8月	9月	10月
幸水 (こうすい)		今期は8/30で終了	
豊水 (ほうすい)			9/1～9月中旬
涼豊 (りょうほう)	9月中旬～9月下旬		
新高 (にいたか)	10月上旬～10月下旬(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。



い梨になります。色や形から一目で判断し、手早く摘みとるのは、まさに熟練の技です。こうして毎日休みなく作業を続けられるのも、毎年楽しみに待っているお客さんがいるからだそうです。松本さんが栽培した梨は、収穫後「JAいわき市梨選果場」に運ばれ、品質検査を経て市内外の店頭にも並ぶ他、梨選果場で直接購入することも出来ます。今後購入することも出来ます。今後について、「梨の生産者も高齢化していますが、仲間同士お互いに情報交換をし、これからも支え合って今まで通りの美味しい梨を栽培していきたい」と話してくれました。

「まつもと あきよしさん」



右:塚原 恵美子さん(オーナーシェフ) 左:塚原 フミ子さん



「味彩(あじさい)」は、三和町の広大な自然に囲まれ、大きな民家の一角を利用した山里レストランです。オーナーの塚原恵美子さんは、「旬な彩り野菜を大切に」をコンセプトに、平成26年7月にオープン。料理は、お客さんの健康を考え化学調味料は使用せず、素材の味を大切にするため、味付けはシンプルに、ソースもすべて手作りにこだわっています。野菜は、義母のフミ子さんが菜種の油かすなどの有機肥料を使い、丁寧に育てた朝どり野菜を使用。また、新鮮な野菜が揃う「三和町ふれあい市場」の野菜を購入することもあります。

愛情いっぱい彩りを

ハンバーグに、季節の前菜プレートが付いた「豆腐ハンバーグセット」(1,300円)。また、旬の野菜に香ばしいエゴマの自家製ダレをかけた「エゴマダレのサラダうどん」(700円)もヘルシーでボリュームがありとても人気です。塚原さんは、三和産の美味しい野菜を多くのお客さんに味わって知ってもらい「また来るね」と言ってもらえることが一番うれしいと笑顔で話してくれました。

山里レストラン 味彩

☎090-7071-3865 (完全予約制)
 〒いわき市三和町中三坂字湯ノ向54
 営 金、土、日 11:30～15:00
 休 月～木曜(但し予約があれば営業)

三和 塚原恵美子さん(山里レストラン 味彩) 「つかはら えみこさんやまさとレストラン あじさい」

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、市の施設で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。



小白井きゅうり

【栽培地域】川前町小白井地区
【特長】長さ約20cm、太さは大きいもので8cmほどに成長する。果肉はシャキシャキ香りが高いため生食として最適。塩水でしっとり漬ける「どぶ漬け」が地域の伝統食となっている。



蕎麦

【栽培地域】田人町荷路夫地区
【特長】水はけの良い場所で栽培され、種蒔きから約2ヶ月あまりで収穫される。蕎麦粉をさっと湯がいた蕎麦掻(そばがき)も昔からよく食べられている。



十六ささげ

【栽培地域】大久町大久地区
【特長】収穫サイズは約30cm。筋が無くシャキシャキとした歯切れの良い食感がある。夏の風物詩「じゃんがら念仏踊り」の歌詞の一節にも出てくる。



暮らしの伝承郷夏祭り

平成27年7月26日、いわき市暮らしの伝承郷で「暮らしの伝承郷夏祭り」が開催されました。「いわき昔野菜保存会」では、伝統野菜のパネル展示やクイズを行い、夏休み子どもたちを中心にたくさん親子が参加しました。

野菜あてクイズでは、畑内の数ある作物の中から正解を探し収穫するなど、直接見て触れることで、よりいわき昔野菜を身近に感じられるイベントとなりました。参加者からは「さっそく家族で食べます」「初めて見る野菜があつて楽しかった」の声がありました。

暮らしの伝承郷

☎ 0246-29-2230
〒 いわき市鹿島町下矢田字散野14-16 (県立いわき公園内)
営 4月～9月/9:00～17:00、10月～3月/9:00～16:30
休 火曜日(祝祭日の場合はその翌日)、年末年始

「いわきの盆と伝統食」

平成27年8月9日、「学んで食べて、再発見！いわき昔野菜保存会サマーセミナー「いわきの盆と伝統食」」が開催され、会員約20名が参加しました。小野浩氏(いわき市暮らしの伝承郷 館長)、吉田隆治氏(いわき地域学会代表幹事)の二人を講師に招き、いわきのお盆の風習や歴史、地域に伝わる伝統食などを学びました。

お昼は、四倉にある食処「くさの根」特製のいわき昔野菜弁当を食べ、その後、金時豆の収穫や蕎麦蒔きを行いました。参加者からは「いわきの風習一つ一つがもつ意味を知り勉強



「いわき昔野菜保存会」では、現在、会員を募集しています。「つくる人」「食べる人」「広める人」、関わる全ての人を楽しめる会を目指しています。

いわき昔野菜保存会事務局

☎ 0246-35-1430
✉ agri@iwaki-liaison.co.jp
〒 いわき市平字作町2丁目1-9 エスビル2F (いわきリエゾンオフィス企業組合内)



教えて! いわき野菜&直売所

いわき野菜 知ってる?この野菜

浜通り地区の共通推進品目として、平成10年度から栽培されているかぼちゃ。その中でも「九重栗」は切り口がハート形になることから「黄色いハート」と命名しブランド作りを力を入れています。

いわき市内、約20名の生産者は全員エコファーマー認定です。

エコファーマー 国の法律に基づき、持続性の高い農法とされる堆肥による土づくり、化学肥料・農業低減技術を組み合わせて生産をする農業者。



九重栗かぼちゃ 黄色いハート

収穫時期 7～8月

特徴
* 果肉は粉質でホクホクしている、味の良い栗かぼちゃ
* 先端がとがっていて、縦に切るとハートの形
* カロチノイド(ビタミンA)が多く含まれている

新規オープン直売所情報

農家のこだわった農作物を販売いたします。地元農業高校の特設コーナーもあります。寄ってたら「いがっぺ!!」

☎ 0246-28-9165 (お問合せは、JAいわき市 営農部営農販売課)
〒 いわき市後田町柳町52
営 9:30～18:00

ファーマーズマーケットいがっぺ



平成27年 10月16日 オープン予定!



いわき見える化プロジェクト

見せます!いわき情報局

NEW! 9/1スタート

召ませ!いわき 至福の一皿



豊富な日照時間や温暖な気候など、おいしい農作物作りの条件がそろい、いわき。ここでは、おいしいものを食べていただきたいと願いながら、日々、丹精込めて農作物作りに励む生産者の方々。そして、その手塩にかけて育てられた農作物を使って、たくさんの皆さんにおいしい料理を召し上げていただきたいと願いながら、腕を振るう料理人の方々があります。

その願いと想いが込められた一皿を、ぜひご堪能ください!

いわき野菜アンバサダー 活動レポート公開中!



いわきの様々な農作物のおいしさを、もっとたくさんの方々に、見て・知って・味わっていただきたい。そんな想いからスタートした「いわき野菜アンバサダー」プログラム。

「1,000人の野菜大使がいるまち いわき」を目指し、昨年12月から募集が始まり、現在約800名の皆さまを認定させていただきました。ホームページでは、日々皆さまから届く活動レポートを公開しています。いわき野菜を使ったオリジナルレシピやイベント参加レポートなど、様々な「いわき野菜の魅力」を紹介していますので、ぜひご覧ください。



「いわき野菜アンバサダーセミナー」の開催日や申込み方法、活動レポート、「召ませ!いわき 至福の一皿」の詳細は、webで紹介しています。

見せます!いわき情報局



いわき野菜 de ベジスイーツ

平成27年6月21日、JAいわき市の主催により、小学生の親子を対象に「いわき野菜 de ベジスイーツ」が開催されました。

いわき野菜を使ったスイーツ作りを体験し、野菜の魅力を再発見していただく企画です。今回チャレンジしたベジスイーツは、カボチャ、コマツナ、シソジュースなどをたっぷり練り込んだカラフルな白玉団子。

参加者からは「簡単に作ることができ、家でも試してみたい」「野菜を使うことでヘルシーに食べられて嬉しい」などの感想をいただきました。

今後もいわき野菜の魅力をより実感していただけるよう、季節毎にテーマを変えて開催していく予定です。



いわき市南部で、健康な土にこだわり栽培されている親バカトマト。今回はトマにゃんが人気の「親バカトマトジュース」が出来るまでの秘密をレポートします。

アグリ☆ファイブの情報はこちら!

見せます!いわき情報局



親バカトマトの魅力

JAいわき市ハウス部会菊田支部のブランド名で「親バカですが我が家の「自慢」のトマトです」が正式名称。土耕栽培により、コクのある酸味と、甘みのバランスが取り旨みが凝縮されています。

START!



栽培・収穫 (さいばい・しゅうかく)

6名の生産者が、それぞれのハウスで真っ赤に熟したトマト、規格外のトマトを収穫し、JAいわき市へ出荷。



選別 (せんべつ)

集まったトマトを規格ごとに選別し、ジュース用のトマトは洗浄してヘタを取った後、真空冷凍します。



親バカトマト生産者



親バカトマト生産者6名のメンバーの一人。何より良い土にこだわり、愛情たっぷりのトマトを栽培しています。

大平 正人 (おおひら まさと)さん



濾す (こす)

十分に煮詰まって濃厚なトマトジュースは、濾し機で皮と種を取り除き、釜に入れて味付けをします。



加熱 (かねつ)

冷凍トマトは釜に入れて80度で10分間、かき混ぜながらじっくりと煮詰めます。



みんなのおうちに お届けだにゃん!

充填・殺菌 (じゅうてん・さっきん)

ペットボトルに充填をして、75度のお湯に1時間漬けて殺菌します。



出荷・販売 (しゅつか・はんばい)

すべて手作業で作られたトマトジュースは出来たてのうちに出荷されます。「新鮮やさい館」谷川瀬店でも販売をしています。



GOAL!

JAいわき市ファーマーズマーケット 「新鮮やさい館」谷川瀬店

☎ 0246-25-2207

〒 いわき市平谷川瀬字泉町62

営業 9:30~17:00

休 水曜日

