食と農の情報誌

No.511
2021
February

Apron エプロン

2

ふるさと探訪
岡山マイルドパクチー

連載 「食」と「農」のエッセイ
湯川れい子さん

今月のおすすめレシピ
ぶり大根

全農

ふるさと探訪

【岡山県岡山市】

文◎編集部　撮影◎磯野博正

岡山マイルドパクチー

爽やかな風味と優しい味わい

独特な香り、味わいで愛好家も多いパクチーは地中海沿岸地方原産のセリ科の1年草で、英語では「コリアンダー」、中国語では「香菜（シャンツァイ）」と呼ばれています。日本では1990年代のアジア飯ブームを契機にタイ語の「パクチー」という呼び名が浸透、近年ではパクチー料理専門店も登場するなど、私たちの食生活にすっかり定着しました。

JA岡山ではパクチーが苦手な人でも食べやすく、優しい味わいの「岡山マイルドパクチー」の栽培を確立し、ブランド化に成功しました。

「農業は難しいけどやりがいがある」と、岡山市農協青果物生産組合パクチー部会長の秋山佳範さん

地域限定で周年出荷

岡山県では2000年からパクチー栽培がはじまりました。独特な香りが苦手な人でも食べやすい品種を探し求め、8種類ほどの種子を入手して試験栽培を開始。その中のひとつに、葉っぱが小さくて爽やかな風味、味もマイルドで日本人の味覚によく合う品種があったことから、産地化に踏み切ったといいます。

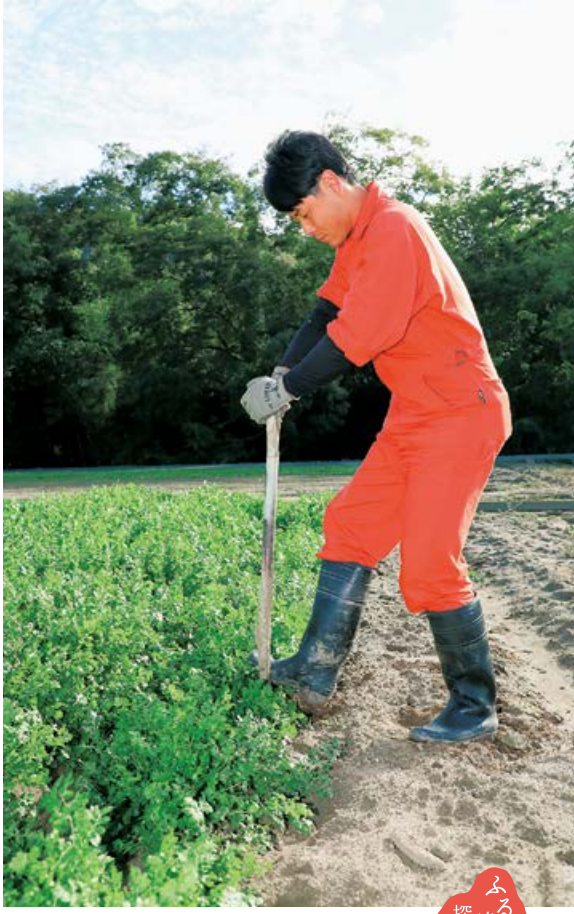
「栽培方法がわからず手探りの状態からスタートして、年間を通して栽培できる技術を確立するまで6～7年位かかったといいます。岡山マイルドパクチーは岡山市北区の玉柏、牟佐地区でのみ生産・出荷されたもので、通称『岡パク』と呼ばれ、市場の評価も高く信頼の品質となっています」と、JA岡山沖田営農センターTAC指導員の川下和紀さん。

品質が安定するまで試行錯誤の連続でしたが、全国有数のパクチー産地として知名度が上がりブランド化に成功しました。

岡パクの産地である岡山市北区の玉柏と牟佐地区は、大根や人参などの根菜類や岡山の特産品である黄ニラの産地としてもよく知られています。

「うちでも大根や人参、黄ニラな

株を引き抜いた途端にパクチーの香りが漂います



根が深いので鍬（フォーク）で土を掘り起こしてから収穫します

ふるさと探訪

どを栽培していましたが、農業を継ぐにあたって何か新しいものを作りたいと思って取り組んだのがパクチーです。それが2001年、19歳の時でした。初めて作ったパクチーがうまくいったのでそのまま作り続けていますが、露地栽培なので天候に左右されるし、自然災害やら連作障害やらいろいろと問題は多くて難しいです。でも、周年栽培ができるのでなんとかリカバリーしながらブランドに恥じないものを出荷していきたいです」と、岡山市農協青果物生産組合パクチー部会の部会長を務める秋山佳範さん。若手の生産者が多く栽培に関する情報交換も活発で、結束力も強いといいます。

丁寧な調製作業で信頼アップ

「生育適温は15～23℃で、3～6

面倒で手間のかかる「しょうやく（農作物を収穫してきれいにすること）が肝心」と、丁寧に仕上げていきます

「岡パクは香りにきつさがなく甘みがあるので、一度食べてみてください」と、JA岡山沖田営農センターの川下和紀さん

●JA岡山

【岡山マイルドパクチー】生産概要
生産者：3名
栽培面積：約4.3ヘクタール
出荷量：約13トン
主な出荷先：東京、大阪、岡山

月が出荷最盛期。冬場はトンネルをかけて栽培します。寒さに当たると糖度があがり、香りも穏やかになって美味しいです」と秋山部会長。

畑で収穫の鍬（フォーク）を入れて掘り上げた途端、パクチー独特の香りがしてきます。

「この辺りは砂壌土地帯なので根が深く太く育つのが特徴です。たっぷり栄養を吸って甘味のある根っこは茎葉とまた違った味わいがあって、通好みだっていわれていますよ」とのこと。

収穫したパクチーは自宅の作業場に持ち帰り、水洗いしたのち、1株1株折れた茎葉、虫食い、色の悪いものなどを取って調製します。1束110gになるように計量して結束、箱詰め、出荷となります。

「この出荷調製作業が一番神経を使いますね。きちんと丁寧に仕上げないと傷みがでて日持ちが悪くなってしまいますから」と秋山部会長。高品質で市場から引く手あまたというのもうなずけます。

パクチーにはビタミンCやE、カロテンなどが豊富に含まれ、独特な香り成分には食欲増進や消化器官を活性化する効果があるといわれています。料理のトッピングとして、サラダや炒め物、お好み焼きなどの他、特に根は天ぷらがおすすめです。やみつきになっている人も苦手な人も、「岡パク」を一度お試しください。

手軽にパクチーレシピ

1人分：約385kcal　調理時間：約25分（切り干し大根を戻す時間含まず）

ソース味がまろやかに調和しています

パクチーと切り干し大根の焼きそば風

兵庫県・児島紀久子さん

【材料】4人分
パクチー…100g　豚バラ薄切り肉…200g　切り干し大根…80g(戻して300g)
キャベツ…250g　にんじん…1/2本　酒…大さじ2　ウスターソース…大さじ5
トンカツソース…大さじ2　塩、こしょう…各少々　サラダ油…大さじ2

1 切り干し大根は水で洗い、たっぷりの水で戻し、ザルにあげて水気を絞り、長いものは5〜6cm長さに切る。
2 パクチーは3cm長さに切る。キャベツは1cm幅に切る。にんじんは皮をむいて4cm長さのせん切りにする。豚肉は2cm幅に切る。
3 フライパンに油大さじ1を熱し、キャベツを入れて強火でさっと炒め、取り出す。
4 同じフライパンに残りの油を入れて中火で熱し、豚肉を入れてほぐすようにして炒め、肉の色が変わったら、切り干し大根、にんじんを加えて炒め、キャベツを戻し入れて炒める。
5 4に酒をふり、ウスターソース、トンカツソースを加えて混ぜ、パクチーを加え、塩、こしょうで調味して炒め合わせる。

もやしのひげ根を
取るとさらに美味しい

パクチーと もやしのナムル風

京都府・小倉真紀さん

【材料】4人分
パクチー…100g　もやし…2袋
きゅうり…1本　ロースハム…6枚
A［しょう油…大さじ3　酢…大さじ3
はちみつ…小さじ1.5
塩、こしょう…各少々
ごま油…大さじ2］
白すりごま…適量

1人分：約150kcal　調理時間：約20分

1 鍋でたっぷりの熱湯に塩、酢各少々(分量外)を入れ、洗ったもやしを加えて混ぜ、煮立ってきたら2分程ゆでてザルにあげ、冷ます。
2 パクチーは3cm長さに切る。きゅうりはせん切りにする。ハムは半分に切り、せん切りにする。
3 大きめのボウルにAを入れて混ぜ、1、2を加えて和える。
4 器に盛り、ごまをふる。

パクチーの根も使って
風味がアップ

パクチートマト 肉じゃが

岐阜県・後藤佳代さん

【材料】4人分
パクチー…100g
牛切り落とし肉…250g
じゃがいも…大5個　たまねぎ…1個
トマト水煮(缶詰・ホール)…1缶
酒…大さじ3　みそ…60g
水…1カップ　サラダ油…大さじ1

1人分：約390kcal　調理時間：約40分

1 じゃがいもは皮をむいて4等分に切り、水に10分程さらし、水気をふく。
2 パクチーは4～5cm長さに切る。根の部分もよく洗って取っておく。たまねぎは縦8等分のくし形に切る。
3 トマトはボウルに入れて手でつぶす。
4 鍋に油を熱し、牛肉を入れて中火でほぐすようにして炒め、肉の色が変わったら、じゃがいも、たまねぎ、パクチーの根を加えて炒め、酒、水を加えて煮立ってきたら、ふたをして弱火で5～6分程煮る。
5 4にトマト、みそを加えて混ぜ、ふたをしてさらに10分程煮て、最後にパクチーを加えて混ぜ合わせる。

イラスト◎かとうともこ　監修◎山崎弘一郎

February

ジャガイモ

冷涼な気候を好み、手もかからず3ヵ月程で収穫が楽しめるので、ビギナーにおすすめの野菜です。畑がなくても肥料袋などを使ってベランダで育てられるので、チャレンジしてみましょう。

種イモ

種イモ用を購入し、大きいものは芽がそれぞれつくように30～50gに切り分けます。小さなものは丸ごとでもOK。切った種イモは日陰で2～3日乾燥させます。

植えつけ

畝の中央に10～15cmの溝を掘り、種イモを25～30cm間隔に切り口を下にして並べます。10cm程土をかぶせて表面を平らにし軽くおさえます。

ジャガイモの生育適温は15～20℃、新芽が霜に当たらない時期になったら早めに植えつけます。自家採りしたものや青果物として購入した種イモは、ウイルス病などの病害を広げる原因となるので、必ず検査に合格した種イモを使います。いろいろな品種があるので、スーパーなどで買えない品種を育ててみるのも家庭菜園ならではの楽しみです。

大きな種イモは芽の数が均等になるように切り分け、腐りにくくするために切り口を2～3日陰干ししてから植えつけます。新しいイモは種イモの上にできるので、必ず土寄せをしてイモが土から顔を出して緑化するのを防ぐことがポイントです。

連作障害を防ぐため、3年はナス科野菜を育てていない場所を選びます。また、気温と湿度が高くなると病気になりやすく、ナス科野菜に影響を及ぼすので、できるだけトマトやナスなどの近くには植えないようにしましょう。

●土づくりワンポイントアドバイス

指導：岡本 保（JA全農 肥料研究室技術主管）

種イモ植えつけの2週間以上前に、1㎡あたり完熟堆肥1kgを散布し、深く耕しておきます。植えつけ直前の堆肥施用や未熟堆肥の利用は、イモの表面の肌荒れを起こすことがあるので、時間がない場合や良質堆肥が入手できない場合には、堆肥施用は省略してください。ジャガイモ栽培前には、通常は石灰類を施用しませんが、過去1年以上石灰類を施用していない畑には、1㎡あたり苦土石灰50～100g程度を、堆肥と同時に施用してください。元肥は植えつけの1週間前に、1㎡あたり化成肥料(8-8-8)100gを散布し、土に混ぜ込みます。

●ジャガイモの栽培スケジュール

（ベランダでも畑でも栽培できます）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
植えつけ		(春植え)							(秋植え)			
収　穫					(春植え)						(秋植え)	

地域によって多少の違いがあります

株元を押さえて残す芽を傷めないように抜いてね!
芽かき
芽が10cm程に伸びたら、元気のいい芽を2〜3本残し、他の芽はかき取ります。芽をたくさん残せば小さなイモがいっぱいできます。
緑化しないように
土寄せ
追肥
芽かきを行った後に、1㎡あたりNK化成(16-0-16)50g程度を散布し、株元に土寄せします。
子イモは種イモより浅い場所にできるので、株元にしっかり土寄せします。土寄せが足りないとイモが日に当たって緑化し品質が低下します。何度か土寄せをしてイモができる場所を作ってやりましょう。
収穫
いっぱいついてる!
下葉が黄色くなって枯れてきたら収穫時期です。試し掘りをして確認してから、晴天が2〜3日続いた後に行います。イモを傷つけないようにスコップで掘り起こし、土をつけたまま陰干ししてよく乾燥させてから、冷暗所に貯蔵しましょう。

次回はシソです

すぐ使える料理の基本

シューマイの肉だねを作る

料理◎大庭英子　撮影◎榎本修

肉のうま味がジュワッと広がるシューマイは中華の定番。ごはんのおかずにお酒のつまみにお弁当にもぴったりですね。

1. 片栗粉をまぶす

たまねぎをみじん切りにして、布巾に包んでサッと水洗いして辛味をとり、水気をしぼってボウルに入れ片栗粉をまぶす。

2. 練り混ぜる

ボウルにひき肉、おろししょうが、酒、しょう油、塩、こしょう、ごま油を加えて、粘りが出るまでよく練り混ぜる。

3. たまねぎを加える

たまねぎを加えて、つぶさないように混ぜ合わせる。

4. 包む

親指と人差し指で円を作った上にシューマイの皮をのせ、中心に肉だねを大さじ1位のせてバターナイフで上から押さえるようにして握り形作る。

●肉に粘りが出るまで練り混ぜてから、野菜などの具材を加えることで食感がよくなります。

シューマイ

【材料】4人分

豚ひき肉…400g　たまねぎ…中1個（150g）　おろししょうが…小さじ2
酒…大さじ3　しょう油…小さじ1　塩…小さじ1/2　こしょう…少々
ごま油…大さじ1　片栗粉…大さじ2
シューマイの皮…大16枚（約8～9cm角）

1　右ページを参考に肉だねを作って皮で包む。
2　せいろに1を間隔をあけて並べ、沸騰した鍋にのせて強火で15分程蒸す。
※好みでしょう油、酢、練り辛子をつけていただく。

★多めに作ったときやお弁当などには、揚げシューマイにしてもおいしいです。
蒸したシューマイを180℃の油で皮がカリッときつね色に色づくまで揚げる。

◎1個分：約90kcal　調理時間：約45分

連載
「食」と「農」のエッセイ

第26回
湯川れい子さん

好物は素材の味

今年で60年。プレスリーだビートルズだと洋楽を紹介する仕事をして来たからか、バタ臭い匂いがするのだろう。西洋料理が好きだと思われることが多い。

先日も番組で「好きな西洋料理のメニューを教えて欲しい」と注文されて、ハタと困った。いくら考えても出て来ないのだ。

あそこの店のアンチョビ・パスタと

イラスト：今井夏子

トリッパは好きだけれど、他の店のシェフが作った物では、美味しいと思った事は無いというように、料理はその店のシェフの味だからだ。

結果、私が好きなのは、素材の味だったと初めて気がついた。

好きなのはキノコ類。野菜は白菜やキャベツなど、あまりクセの無い青菜と、クセ有りではニンニク、生姜、青ネギ、細ネギ、ミョウガ、大葉、三つ葉、セリなど、薬味として使われている物が好きだ。

それに銀杏や栗など、お料理に好まれる季節の果実類にも好きな物がある。

よく行く店でも、〆で手打ちのお蕎麦を食べさせてくれる炭火焼きのカウンターで出される、サッと炒めたキノコとアスパラを入れた野菜たっぷりの温サラダと、納豆の上にトロリと溶けたカマンベール・チーズを乗せた一品などは、絶妙の美味しさだと思う。

家で作る物も、冬は鍋物が多くなるし、毎年大晦日から大きな鍋で作り始めるお雑煮は好評で、わざわざ食べに来る人も多い。最初に細切れにした鶏もも肉を塩とゴマ油で炒め、昆布で出汁をとって、牛蒡、人参、椎茸、里いも、大根、セリに我が家は白菜や銀杏も入れて、刻んだ柚子など薬味をたっぷり用意して食べて頂く。

父母が米沢の出身だったので、納豆をお砂糖と醤油味で食べる「納豆餅」やクルミを蜂蜜で甘くペースト状にした「くるみ餅」も、お正月には欠かせないメニューだ。

基本、炊きたての白米と梅干し。海苔と漬物とお茶さえあれば、他には何も要らない。

(社)日本ペンクラブ会員による「食と農」に関するリレーエッセイコーナーです。さまざまなジャンルの著名な文筆家の皆さんが登場しますので、どうぞお楽しみください。バックナンバーは「Apron WEBマガジン」(https://apron-web.jp/)でご覧いただけます。

撮影：坂本博和

湯川れい子
(ゆかわれいこ)

音楽評論家・作詞家。
東京都生まれ、山形県米沢育ち。早くからエルヴィス・プレスリーやビートルズ、マイケル・ジャクソンなどの解説をはじめ、独自の視点によるポップスの評論・解説を手がける。
また作詞家としても活躍。代表作には『ランナウェイ』『センチメンタル・ジャーニー』『六本木心中』『恋におちて』などがある。また近年では、環境問題などを含め、次世代の育成にも力を注いでいる。

「女ですもの泣きはしない」
角川書店

日本人の食卓に欠かせない伝統食材【みそ】

地域色豊かで原料や風味も多種多様 1300年以上の伝統を誇る発酵調味料「みそ」

日本人の知恵と、気候・風土が育んだ「みそ」は、長い間私たちの健康を支えてきたパワーフードです。飛鳥時代に中国から伝わったとされ、室町時代には自家製のみそが日本各地で誕生し、庶民にも浸透しました。多種多様なみそが造られており、国内のメーカー数だけみても約850社に上ります(※)。地域の食文化を支える「みそ」の魅力に迫りました。

みその起源は古代中国の大豆塩蔵食品の「醤」(ひしお)と考えられています。熟成途中の「未醤」(みしお)、これが「みしょう」→「みしょ」→「みそ」の語源とされています。日本人は「醤」に発酵技術を学び、独自の製法を発達させて今日のみそを造りだしました。

みその材料は大豆・米・大麦・塩・麹・水で、多くがしょう油と共通しています。みそは煮たり蒸したりした大豆を潰して麹と塩を混ぜ、空気を遮断するように桶に詰めて発酵・熟成させたものです。日本全国にはさまざまな種類のみそがありますが、麹の原料によって「米みそ」「麦みそ」「豆みそ」の3種類に分けられます。これらの混合による「調合みそ」もあります。味や色によっても分類されます。例えば、配合する塩分の違いによって、「甘みそ」や「辛口みそ」に、熟成期間などによって色が変化するので「赤みそ」「淡色みそ」「白みそ」に分類されます。大豆粒を残すか残さないかによって「粒みそ」「濾(こ)しみそ」などにも分かれますし、そのまま食べる「なめみそ」もあるなど、驚くほど多様です。加えて、発酵・熟成は微生物によるものなので、その土地の気候・風土によって同じ原材料でも違いが出るなど、味も千差万

別。それぞれの地方や家庭の味が出やすく、「ふるさとの味」「おふくろの味」といわれる所以です。

麹の原料で分類すると、8割を占めるのが米みそです。味にクセがなくどんな料理にも合わせやすいのが特徴で、全国各地で造られています。九州や瀬戸内地方中心に多いのが麦みそ。独特の甘みと麦の風味が強く、野菜との相性がよいといわれています。豆みそは中京地方で造られており、豆そのものの味わいが強く濃厚で、独特の渋味があります。「赤だし」に欠かせないみそとしてよく知られます。お正月の雑煮の色や味には、みその種類が大きく影響しており、地方性が強く現れます。

みその主原料である大豆は、畑の肉と呼ばれるほど良質のタンパク質を多く含み、大豆イソフラボン、大豆レシチン、サポニンなど機能性成分も豊富です。さらに、発酵により、アミノ酸やビタミン類も生成されます。その他にも、ミネラル、糖質、食物繊維など、健康維持に不可欠な栄養素を含みます。「医者に金を払うよりも味噌屋に払え」と、江戸時代のことわざにあるように、日本人の健康を支えてきました。現在では、日本食ブームで、海外でも「MISO」の認知度は向上。輸出量は2019年で1万8444トンと10年間で倍近くに伸びています（財務省貿易統計）。

いつもの料理にひとさじ加えるだけで、コク、独特の香りが加わり、より深みのある料理へと変えることができる、みそは万能調味料です。「手前みそ」という言葉がありますが、伝統の調味料で新たな自慢料理を生み出してみませんか。

“なるほど”情報

手作りみそにチャレンジ

米みそ（甘口）

[材料（仕上がり約1.3kg）]
大豆250g　米麹300g　塩120g

[作り方]
1. 大豆を洗って鍋に入れ、たっぷりの水に一晩浸けて戻す。
2. 鍋を火にかけて、指で豆がつぶせるくらいになるまで煮る。
3. 煮上がった大豆をすり鉢に入れ、熱いうちに粒がなくなるまですりつぶす（フードプロセッサーを使うと簡単）。
4. ボウルに米麹と塩を入れてよく混ぜ、3を加えて耳たぶくらいの硬さまでよく混ぜる。
5. 清潔な保存容器に4を空気が入らないようにしっかり詰める。
6. 表面を平らにし、空気に触れないようにラップや布を密着させ重石をのせる。蓋をして直射日光が入らない場所で保管する。

◎冬はゆっくり、夏に最も発酵熟成が進むので、仕込む時期によって6～10ヵ月で食べ頃となります。

参考:味噌健康づくり委員会　miso.or.jp
※全国味噌工業協同組合連合会に加盟している企業数は848（2019年7月1日）

ぶり大根

丁寧にじっくりと仕上げた分、味に差が出ます

料理◎大庭英子　撮影◎榎本修

【材料】4人分

大根…700g　ぶりの切り身…3切れ（約300g）　しょうが…1片
米…大さじ1　酒…大さじ4　みりん…大さじ2　砂糖…大さじ1
しょう油…大さじ4　水…1/2カップ　水またはだし汁…1カップ

【作り方】

1. 大根は2.5～3cm厚さの輪切りにして皮を厚めにむき、半分に切り、面取りする。
2. 1を鍋に入れ、たっぷりの水(分量外)、米を入れて中火にかけ、煮立ってきたら蓋をして弱火で20～30分程、柔らかくなるまでゆでて、そのまま冷まし、米を洗い落とす。
3. ぶりは1切れを4等分に切る。
4. しょうがは皮をむいてせん切りにし、半分は針しょうが用に水にさらしておく。皮も捨てずに取っておく。
5. 鍋に水を煮立てて酒、みりん、砂糖、しょう油大さじ3、しょうがのせん切り、しょうがの皮を煮立て、ぶりを入れて、蓋をして弱火で10～12分程煮る。
6. 5のぶりを取り出して、残りの煮汁に大根を入れ、水またはだし汁を加えて煮立ってきたら、しょう油大さじ1を加えて蓋をして弱火で15分程煮る。
7. ぶりを戻し入れてさらに5分程煮たら、器に盛り、水切りした針しょうがを天盛りする。

※煮上がったらそのまま冷まし、再度温めた方がさらに大根に味がしみておいしくなります。

ココがポイント!

大根は下ゆですると味がしみやすくなります。
ぶりに火が通り過ぎないよう、初めにぶりだけで煮て、一度取り出します。

1人分：約285kcal　調理時間：約70分

ますます、こんにゃくファンに

毎号、インパクトのある表紙がエプロンを手にするきっかけとなっております。11月号の表紙でこんにゃくの花を初めて知りました。わが家はこんにゃくが大好きでおでんの具に入れても真っ先になくなります。

「ふるさと探訪」でこんにゃくの記事を読んで、こんにゃく芋は病気や寒さに弱くデリケートな作物であること、植えつけと収穫にかなりの手間と時間を要することなどを知り、ますますこんにゃくファンになりました。

表紙の写真は作物を身近に感じさせてくれるし、ふるさと探訪は知識を豊かにする情報満載で本当に勉強になります。これからも発行日を心待ちにしています。

（大阪府・フクノハナさん）

こんにゃくカレー

エプロン11月号の表紙の紫色の神秘的な花がこんにゃくだと知り、その美しさに感動しました。

こんにゃくは大好きでよく食べます。ある日、カレーに入れたらダイエットになると思いつき、糸こんにゃくをみじん切りにして、キャベツ、もやし、きのこを加えて作ってみたら、美味しい！その日から、わが家のカレーには、加える野菜はその日によって変わりますが、必ずこんにゃくを入れています。

（大阪府・ひろろさん）

愛知県・長尾美祢子さん

東京都・石川 昇さん

福島県・角田トシ子さん

愛知県・広瀬喜和子さん

山梨県・諸寄澄江さん

[今月の表紙]
パクチーの花

[プライバシー保護について]
エプロン誌に投稿・申込みいただいた読者のみなさまの個人情報は、発送やお返事、誌面、ホームページでの紹介に使用させていただきますのでご了承ください。また、これらの個人情報は前記の目的以外には使用しません。

PRESENT

写真はイメージです

今月は岡山県の特産品のひとつ「黄ニラ」(約500g)を20名様にプレゼントします。シャキシャキとした歯ごたえとほんのり上品な甘みをお楽しみください。

●応募方法：はがきに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、エプロン誌の入手先（○○スーパー○○店など）、プレゼント名を書いてご応募ください。本誌への感想もお寄せください。当選発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
●締切：2021年2月24日（水）当日消印有効
●あてさき：〒101-8691 日本郵便㈱神田郵便局私書箱16号
「JA全農エプロンプレゼント」係
●応募数：11月号の「こんにゃくセット」には3140通の応募があり愛知県の伊藤さん他19名が当選されました。おめでとうございます。

お便り、わが家の味を大募集

毎月変わるテーマに合わせた「わが家の味」を募集しています。分量や手順は正確でなくてもかまいませんので、どしどしご応募ください。また、ApronPLAZAへのお便り、絵手紙などはいつでもご応募をお待ちしております(いずれもApronWEBから応募ができます)。掲載分には薄謝を進呈いたします。

5月号	小松菜を使ったお惣菜	2021年2月19日(金)締切
6月号	自慢のミルクレシピ	2021年3月19日(金)締切

あてさき　〒101-0048　東京都千代田区神田司町2-21
㈱日本制作社「エプロン編集部」係

本誌の定期購読をご希望の方は12ヵ月分の送料1,000円(現金書留または定額小為替)を添えて編集部までお申込みください。

Apron WEBマガジンのお知らせ

食と農のWEBマガジン「Apron」を開設しています。
web限定の家庭菜園記事や3年分のApronバックナンバーを掲載中。
新コンテンツ「わが家の菜園」やプレゼントの応募もできますので、ぜひアクセスしてください。

https://apron-web.jp/　Apron webマガジン　検索

Apron(エプロン)公式Facebook　「日本の食を味わう」公式Twitter　もお楽しみください。

JA全農が提供するTOKYO FMのラジオ番組

★TODAY'S AGRI NEWS (6:30～6:35 毎朝(月)～(金)生放送) 農業ニュースをお届け!
●JA全農COUNTDOWN JAPAN (13:00～13:55 毎週(土)生放送) "旬"な音楽を紹介!
●あぐりずむ (15:50～16:00 毎週(木)放送) 国産農畜産物の魅力や美味しさをお届け!

※全国のFM38局ネットで放送中。　「あぐりずむ」は、放送局により放送曜日・時間が異なります。

お部屋に飾ったり、プレゼントにしたり一足早い春をお楽しみください！

さわやかな香りとやさしい姿、
花を飾ると家じゅうに笑顔が広がります。
神奈川のスイートピーなど
今しか出会えない季節の切り花や、
冬の定番のシクラメン、バラやユリの切り花も
産地から直送するので鮮度抜群です。
ご家族と自宅で楽しんだり、
大切な方への感謝の気持ちを花に託してどうぞ。
JAタウンは生産農場から
日持ちのよい花をお届けします！

JAタウン

JAタウンはJA全農が運営するインターネットショッピングモールです。

詳しくはJAタウンのサイトをご覧ください。 www.ja-town.com JAタウン 検索

JA全農がプロデュースする生産者と生活者をつなぐ交流の場「みのりみのるマルシェ」を開催します。
当日は現地JAの担当者や生産者が、その土地ならではの美味しい食べ方などを紹介、販売しますのでぜひお越しください。

みのり みのる マルシェ

●銀座三越9F（10:00～18:00）：2021年2月27日（土）千葉県「きみつの実り」
●JR広島駅（11:00～15:00）：2021年2月5日（金）・19日（金）「みのりみのるマルシェat広島駅」

新型コロナウイルス感染拡大の情勢等により、マルシェの開催を中止する場合がございます。
www.minoriminoru.jp/

Apron エプロン
No.511 2021.2

エプロン2月号（No.511）2021年2月1日発行　発行人＝新妻成一　編集人＝今村貴美
全国農業協同組合連合会（JA全農）
〒100-6832　東京都千代田区大手町1-3-1 JAビル
☎03-6271-8055（広報・調査部）　www.zennoh.or.jp
※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

全農

Apron WEBマガジン