食と農の情報誌

No.517
2021
August

Apron エプロン

8

ふるさと探訪
富山ブラック

連載「食」と「農」のエッセイ
那須正幹さん

今月のおすすめレシピ
枝豆と夏野菜のかき揚げ

全農

甘味とコクの希少な黒大豆えだまめ

富山ブラック

ふるさと探訪

【富山県射水(いみず)市】

文◎編集部　撮影◎磯野博正

豊富な水と肥沃な扇状地に恵まれ、稲作中心の農業が営まれてきた富山県の射水平野で今、園芸作物の導入が進んでいます。県が2010年から大規模園芸産地を目指す「1億円産地づくり」をスタート、その一環でJAいみず野管内では「えだまめ」の栽培が増えています。主力品種は黒大豆の「たんくろう」です。他県産と差別化を図るため「富山ブラック」のブランド名で出荷し、年々注目度が高まっています。

「大型機械の導入で生産拡大ができました」と、ファームふたくち大門本江班の稲垣潔さん

「たんくろう」を主力品種に導入

夏のつまみに欠かせないえだまめは、おなじみの緑豆種をはじめ、茶豆種、黒豆種などがあります。黒豆種は産毛が茶色で莢が少し黒っぽく、食べると強い甘味と凝縮されたコクがあるのが特長です。

「管内では2005年からえだまめ栽培に取り組んでいます。流通量の少ない黒大豆の『たんくろう』を主力品種に導入し、販売高1億円を目指しています。大豆栽培の経験のある生産者が多いので栽培はスムーズでしたが、収穫後は鮮度が落ちやすく急激な温度変化に弱いため、畑から販売店舗までの徹底した温度管理が欠かせません」と、JAいみず野営農経済部営農指導課の野岸秀旭課長代理。JAでは集荷した枝豆を急速冷却させる保冷庫や選果場を2018年に整備し、集荷から出荷まで低温を保ち鮮度維持ができるようにしています。さらに県行政や全農と連携して、生産者には枝豆専用の収穫機や洗浄機などの省力機械を整備し、作付けの拡大を後押ししています。

支援は着実に作付け面積を増やし、農事組合法人ファームふたくちでは2015年に約30アールからえだまめ栽培を始め、2020年は約4ヘクタール、2021年はさらに1ヘクタール増やしました。6つの集落で構成する農事組合法人で水稲、大豆、大麦、えだまめを約150ヘクタール栽培す

ふるさと探訪

気温が低いうちに大型機械で一気に収穫して品質保持

作業場に運んで水洗い、選別してから選果場に出荷します

る、ファームふたくち大門本江班の稲垣潔さんは「大型機械を共同利用することで作業時間や労力が軽減できるので、生産拡大ができました」といいます。

徹底した温度管理で鮮度保持

ファームふたくちでは、夜が明けきらない午前3時から6時までが収穫作業時間です。枝から莢をはずす脱莢（だっきょう）機を装備したトラクターで、グングン収穫します。カゴいっぱいに刈り取られたえだまめは、近くの作業場に運ばれ、水洗いしてからコンテナでJAの選果場に出荷されます。

「気温が低いうちに収穫して温度変化による品質劣化を防ぎます。大型機械で一気に収穫できるようになって本当に助かっています。以前は一株ごと手作業の刈り取り

選果場では徹底した温度管理のもと機械と人の目で厳しく選別、出荷されます

「味には絶対の自信がありますので、ぜひ食べてみてください」と、JAいみず野の野岸秀旭課長代理

●JAいみず野

【富山ブラック】生産概要
生産者：22組合法人
栽培面積：約35ヘクタール
出荷量：約71トン（2020年実績）
主な出荷先：県内、関東、中京など

で大変でした」と笑う、稲垣さん。3月下旬から6日間隔で時期をずらして種まきをし、7月上旬から9月にかけて収穫が続きます。JAのえだまめ部会では莢の厚さを8～9ミリで収穫するなどの出荷基準を設け、品質の統一と生産者全体のレベルアップに努めています。

JAの選果場に出荷されたえだまめは、真空冷却されたあと、予冷庫で保管し、光選別機と人の目で厳しく選別。徹底した温度管理のもと出荷されます。

「消費者の皆さんから信頼して選んでいただく産地になるために、栽培技術だけではなく、安全・安心に生産が行われたことを示すGAPへの取組みが不可欠と考え、2018年にえだまめ部会として県内初のJGAP(※)団体認証を取得しました」と、JAいみず野の野岸課長代理。生産者・JA・指導員・関係機関が一体となって取り組んだ結果です。さらに、この認証はあくまでも通過点で、今後も継続してより良い農場運営を目指したいと、意気込みをみせています。

栄養豊富で夏バテ防止や疲労回復にも効果的なえだまめ。ゆでるだけで簡単に楽しめ、素材そのものの味わいを存分に味わえる食材です。希少価値の高いJAいみず野の「富山ブラック」をぜひ一度食べて、濃厚な味わいを堪能してください。〝えだまめは鮮度が命〟買ってきたらすぐに調理することをおすすめします。食べきれないときは、硬めにゆでて保存袋などに入れて冷凍保存も可能です。えだまめごはんやポタージュなどでも楽しめます。

（撮影：2020年8月中旬）

（※）JGAP：Japan Good Agricultural Practiceの略。農水省が推奨する農業生産工程管理のひとつ。食の安全や環境保全等に取組む農場に与えられる認証。

夏に食べたいさっぱりメニュー

1人分：約420kcal　調理時間：約30分

黒酢でまろやかな仕上がりです

鶏肉と夏野菜の黒酢南蛮漬け

兵庫県・堀ノ内千恵子さん

【材料】4人分
鶏むね肉…400g　かぼちゃ…150g　なす…2個　ズッキーニ…小1本
酒…大さじ1.5　塩…小さじ1/2　片栗粉…適量
A［黒酢…1/2カップ　水…1カップ　しょう油…大さじ2　みりん…大さじ2］
揚げ油…適量　小ねぎ(小口切り)…2本分　糸唐辛子…適宜

1 鶏むね肉は一口大のそぎ切りにしてボウルに入れて酒、塩を加えて混ぜ、下味をつける。
2 かぼちゃは皮のまま洗い、スプーンでわた、種を取り、5mm厚さに切り、4～5cm長さに切る。なす、ズッキーニはヘタを取り、一口大の乱切りにする。
3 揚げ油を中温に熱して2を素揚げにして取り出す。
4 1の鶏肉の水気を拭いて片栗粉をまぶし、3の中温の油に1切れずつ入れていき、こんがりと揚げる。
5 鍋にAを入れて中火にかけ、煮立ってきたら、3、4を入れてさっと煮からめ、火からおろす。
6 器に盛り、小ねぎを散らし、糸唐辛子をのせる。

手軽にできる冷製の一品

大葉香るトマトとイワシの和え物

埼玉県・伊藤恵子さん

【材料】4人分
トマト…2個
イワシの水煮缶(190g)…1缶
大葉…10枚　しょう油…大さじ1.5
ガーリックパウダー…少々
オリーブ油…大さじ1
粉チーズ…大さじ2

1人分：約145kcal　調理時間：約10分

1 トマトは冷蔵庫で冷やしておき、縦半分に切り、へたを切り取り、横半分に切り、さらに縦3〜4等分に切る。大葉は軸を切り、縦半分に切り、重ねて5mm幅に切る。
2 イワシは缶から出して、大きなものは食べやすくほぐす。
3 ボウルにしょう油、ガーリックパウダー、オリーブ油を入れて混ぜ、1、2を加えて軽く和える。
4 器に盛り、粉チーズをかける。

ごはんのお供にどうぞ

ニガウリの佃煮

香川県・溝渕菱花さん

【材料】4人分
ニガウリ…2本　にんじん…1/2本
塩…小さじ1　砂糖…大さじ6
しょう油…大さじ2　酢…大さじ2
だしの素…小さじ2　ごま油…大さじ1
白いりごま…小さじ1/2

1人分：約115kcal　調理時間：約25分

1 ニガウリは縦半分に切り、スプーンでわた、種を取って2mm厚さに切り、ボウルに入れて塩をふって混ぜ、10分程置いてから、水で洗い、水気を絞る。
2 にんじんは皮をむいて4cm長さに切り、せん切りにする。
3 鍋に砂糖、しょう油、酢、だしの素を入れて火にかけ、フツフツと沸いてきたら、ニガウリを加えて弱火で汁気がなくなるまで煮詰める。
4 3の火を止め、にんじんを加えて混ぜ、しんなりしたら、ごま油、ごまをふり、混ぜる。

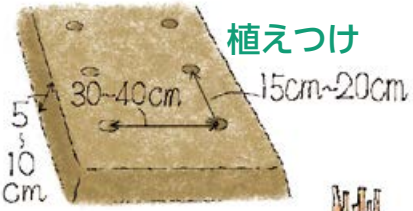
イラスト◎かとうともこ　監修◎山崎弘一郎

August

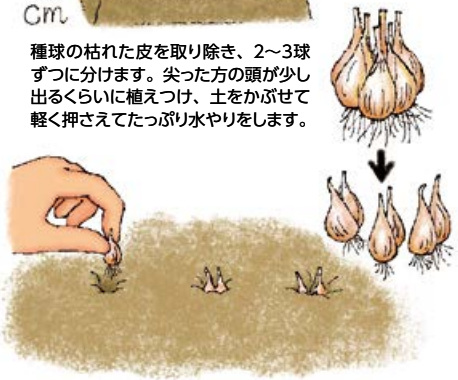
ワケギ

香りがよく柔らかいので
ぬたや薬味などに重宝します。
株分けで増えていくことから
「分葱」の名前がついたとか。
種球を掘り上げて、翌年の
植えつけにチャレンジしましょう。

植えつけ



種球の枯れた皮を取り除き、2～3球ずつに分けます。尖った方の頭が少し出るくらいに植えつけ、土をかぶせて軽く押さえてたっぷり水やりをします。



プランター（60cm程度）の場合は4～5株が目安です。

ワケギはネギよりも寒さに弱く、日当たりがよく暖かい環境を好むため、関東以西で多く栽培されています。たねができないため分けつした球根（種球）を植えつけます。秋からぐんぐん生長して収穫の時期になったら株元から3～4cm残して刈り取り、株が弱らないように追肥をしてやると、20～30日でまた葉が伸びて収穫ができます。冬は生長が停止しますが春になるとまた元気に生育し2～3回収穫が楽しめます。ベランダやキッチンなどでプランター栽培すると、すぐ薬味に使えて便利です。もちろん、球根ごと掘り上げてもかまいませんが、収穫が1回で終わってしまうので残念ですね。

種球をとる場合は、4月頃から葉を生長させて、6月頃に葉が枯れて休眠期に入った頃に掘り上げます。陰干しをしてよく乾かして保存し、太って形のよい種球を選んで前作とは別の場所に植えつけましょう。

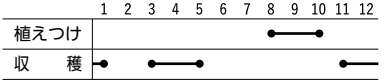
●土づくりワンポイントアドバイス

指導：岡本 保（JA全農 肥料研究室技術主管）

種球植えつけの2週間以上前に、1㎡あたり苦土石灰100gと完熟堆肥1kg（いずれも過去1年以内に施用していれば不要）を散布し、深く耕しておきます。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。

●ワケギの栽培スケジュール

（ベランダでも畑でも栽培できます）



地域によって多少の違いがあります

追肥

茎葉が伸びて株分かれが始まった頃から、1㎡あたり化成肥料(8-8-8)20g程度を施用し、その後は3〜4週間に1回程度同量を生育を見ながら与え、株元に軽く土寄せします。
伸びた葉だけを収穫する場合は、市販の液肥（8-6-5など）を500倍程度に薄めて、株元にジョウロなどで施用すると、残った球根からの芽吹きがよくなります。

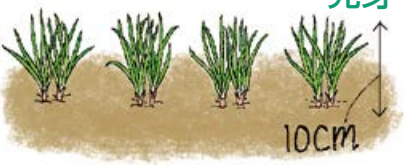
追肥を続けると再び葉が伸びて、2〜3回収穫が楽しめます。

6月頃、葉が枯れて休眠期に入ったら球根を掘り上げます。風通しのよい日陰で乾かし、2〜3個の球根に分けて保存し、次の植えつけに種球として使いましょう。

「わが家の菜園」
募集中
https://apron-web.jp/mysaien/

1週間ほどで10cmくらい芽が伸びてきます。

発芽



収穫

草丈が20〜30cmに伸びたら、株元を3〜4cm残してハサミで切って収穫します。地際ギリギリで収穫すると次に出てくる葉の伸びが悪くなるので注意しましょう。

種球の掘り上げ

次回はシュンギクです

すぐ使える料理の基本

トマトソースを作る

料理◎大庭英子　撮影◎榎本修

パスタはもちろん肉や魚などどんな素材とも相性抜群のトマトソース。トマトが大量に手に入ったら、まとめて作り置きしておくと便利に使えます。

2. 切る

湯むきしたトマトは横半分に切って種を取り、1〜2㎝角に切る。たまねぎとにんにくはみじん切りにする。

1. 湯むき

トマトはヘタをくり抜き、皮に十文字の浅い切り目を入れ、熱湯に15秒ほどくぐらせて冷水にとって冷まし、湯むきをする。

4. 煮詰める

煮立ってきたら、ローリエを入れ、塩、こしょうをして蓋をし、強めの中火で20〜25分程、全体量が半分に減り、ヘラで混ぜるとフライパンの底が見えるぐらいまで煮詰める。

3. 炒める

フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて弱火で熱し、香りよく色づいたらたまねぎを加えて中火で透き通るまで炒める。さらにトマトを加え混ぜる。

●保存する場合は、ガラス瓶などの保存容器に入れて冷蔵保存か、ジッパー付きの保存袋に入れて冷凍保存しましょう。

鶏肉のトマト煮込み

【材料】4人分

トマトソース(800g分)

［トマト(完熟)…12～14個(1.6kg)　オリーブ油…大さじ4　にんにく…1片
たまねぎ…小1個　ローリエ…1枚　塩…小さじ1.5　こしょう…少々］

トマトソース…400g　鶏もも肉…400g　エリンギ…3本
パプリカ(黄色)…1個　白ワイン…大さじ3　塩、こしょう…各適量
オリーブ油…大さじ1　バジル(みじん切り)…大さじ2

1. 右頁を参考にトマトソースを作る。
2. 鶏肉は3~4cm四方に切り、ボウルに入れて塩、こしょう各少々をふって混ぜる。
3. エリンギは根元の硬い部分を少し切り、長さを半分に切り、縦2~4等分に切る。
   パプリカは縦半分に切り、ヘタ、種を取ってさらに縦3等分に切り、長さを3等分に切る。
4. フライパンに油を熱し、2を入れて中火で3分程焼き、裏に返して2分ほど焼きつけて、
   3を加えて1分程炒め、白ワインをふり、トマトソースを加えて煮立ってきたら、
   蓋をして弱火で20分程煮込み、塩、こしょう各少々を加えて混ぜ、味を調える。
5. 器に盛り、バジルを散らす。

◎1人分：約340kcal　調理時間：約40分

連載
「食」と「農」のエッセイ

第32回
那須正幹さん

真っ白など飯の話

子どものころから食べ物の好き嫌いがなかった。これは80近くなった今でも変わらない。食卓に出されたものはなんでも食べる。

これはもしかすると世代に関係するのかもしれない。生まれ落ちた時は、太平洋戦争まっただ中。食料品はすべて配給制だったし、それすらも遅配欠配が日常だった。この状態は戦後数年間続いたから、食べ物の好き嫌いなど言える状態ではなかった。サツマイモなどの根菜類が主食となり、コーリャン、飼料用のトウモロコシの粉、米ぬかなど、食べられるものは何でも食べた。要するに食事というのは、飢えを満たすためのもので、それを賞味する

イラスト：今井夏子

余裕はなかったのである。

当時待ちどおしかったのが、10日分の米の配給だった。普段は3日分とか5日分なのだが、たまに10日分の配給があり、この日ばかりは母親がにこにこ顔で家族に報告し、その夜だけは混じりけなしの真っ白なご飯が食卓に並ぶのだ。

当時は白米以外の雑穀も配給されていたが、そのうち外米というのが配給されるようになった。細長いタイ米で、炊き立てはなんとか食べられたが、冷や飯となると食べられたしろものでなく、お茶漬けか汁かけ飯にしてのどにながしこんだものだ。

1993年、天候不良による米不足が深刻化したため、政府は急遽タイから大量の米を輸入し、内地米と抱き合わせで販売した。久しぶりにタイ米と対面したわけだが、子ども時代同様、うまいとは思わなかった。

大凶作だった93年の収穫量は、783万トン、昨年の収穫量776万トンと、減少しているのにもかかわらず、米の消費量が減っているため、米不足にならなかったそうだ。まさに隔世の感というべきだろう。

ところで食べ物の好き嫌いがないということは、味覚が鈍感なせいなのかもしれない。その証拠に有名レストランのイタリア料理だろうと、老舗の懐石料理だろうと、食べ終わってもさしたる感動をおぼえない。

唯一私のごちそうは、炊き上がったばかりの真っ白なご飯で、これにふりかけをかけて食べれば、それだけで大満足なのである。

(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。

那須正幹
(なすまさもと)

1942年、広島県生まれ。代表作に「ズッコケ三人組」シリーズ全50巻(ポプラ社)。『さぎ師たちの空』で路傍の石文学賞、「ヒロシマ」三部作で日本児童文学者協会賞、『ズッコケ三人組のバック・トゥ・ザ・フューチャー』で野間児童文芸賞を受賞。絵本作品に『ふとんやまトンネル』、『ぼくらの地図旅行』などがある。第23回巌谷小波文芸賞受賞。近著に『めいたんていサムくんとあんごうマン』(那須正幹作　はたこうしろう絵・童心社)。

「めいたんていサムくんとあんごうマン」
童心社

きゅうりを食べて夏バテ予防【キュウリビズ】

体の内側からクールダウン 暑い夏には「キュウリビズ」がおすすめです！

みずみずしくシャキッとした食感の「きゅうり」は、サラダなど生で手軽に食べられて食卓によく上る野菜です。約95％が水分なので栄養がないと思われがちですが、ビタミンやカリウムなどを含みます。カリウムはナトリウムを体の外に排出し、水分バランスを調整する働きがあるので、むくみの改善が期待できる栄養素です。夏本番を迎えて、冷たいものばかり選んでいませんか？お腹がタプタプにならず、水分補給ができて、ほてった体を内側から冷やす「キュウリビズ」をしませんか？

きゅうりは、夏の露地栽培以外は施設栽培のものがほとんどです。今でこそ栽培技術の進歩で、1年中出回っているきゅうりですが、夏が旬の野菜です。

きゅうりは「黄瓜」が語源といわれ、古くから日本では熟して黄色くなったものを食用にしていたといいます。現在では未熟なうちに収穫したものを食用としています。きゅうりは大きく分けると「白いぼきゅうり」と「黒いぼきゅうり」に分けられます。今では、「白いぼきゅうり」が栽培品種の大半を占め、その中でもブルーム（きゅうりが分泌する果皮の白い粉状のもの）がなく、果皮の光沢が美しい「ブルームレスきゅうり」が主流となっています。

夏野菜には水分を含んでいるものが多く、汗で失われる水分を補給し、熱のこもった体を中からクールダウンしてくれます。きゅうりやトマトなど生で食べられるものが多いので、手軽に栄養補給できるのも魅力です。うだるような暑さが続き、冷たいものばかりを摂り過ぎると胃腸が冷えて消化能力が弱まり、食欲が落ちて夏バテを起こしやすくなります。さらに、汗と一緒にミネラルが体外に出てしまうと熱中症の原因となります。

きゅうりの約95％は水分で、体を冷

やす作用があります。さらに、含まれるカリウムは、ナトリウムを体の外に排出する働きがあるので、むくみの改善が期待できます。緑鮮やかな見た目の彩りも食欲を刺激するので、暑い夏に旬のきゅうりを食べることは理にかなっているといえます。

JA全農福島は2006年から特産であるきゅうりをPRするため、環境省の「クールビズ」をヒントに「キュウリビズ®」と名付けたキャンペーンをはじめました。2008年からは、東北6県の産地（青森・岩手・宮城・秋田・山形・福島）が一丸となって、きゅうりを食べて、夏バテ知らず、熱中症知らず、むくみ知らずの元気な夏を過ごそうと、毎年「キュウリビズ」キャンペーンを展開しています。コロナ禍のため、氷水で冷やした各県自慢のきゅうりに、自慢の味噌を付けてまるごと1本食べ比べる試食会などは実施できませんが、ポスター掲出やSNSを利用した「キュウリビズ」キャンペーンは今年も行いますので、自分なりのきゅうりの味わい方を見つけてください。7～9月は、関東地区に出荷されるきゅうりの70％以上が東北産になります。

きゅうりは緑色が濃く、皮がみずみずしくてハリのあるもの、見た目より重く、太さが均一のものを選びましょう。曲がっていても味に変わりはありません。輪切り、せん切り、乱切り、蛇腹切り、スティック状など料理に合わせて切り方を工夫すれば、きゅうりの食感が生かされます。そして、100gあたり13キロカロリーと低カロリーなので、他の食材と合わせやすくとても重宝。ぬか漬けにすると、ぬか由来のビタミンB群が補えます。ビタミンB群は夏バテなど疲労時に摂りたい栄養素です。冷やしたきゅうりに味噌をつけて食べれば、塩分を補えて熱中症対策にもなります。「夏はクールに、キュウリビズ！」を合言葉に、きゅうりを食べて、夏を元気に過ごしましょう！

コロコロとしたそれぞれの野菜の味を楽しめます

枝豆と夏野菜のかき揚げ

料理◎大庭英子　撮影◎榎本修

【材料】4人分

枝豆…400g　とうもろこし…1/2本　なす…1個
たまねぎ…1/2個　オクラ…4本
溶き卵1個分と冷水(合わせて)…1カップ　薄力粉…適量
塩…小さじ1　揚げ油…適量　レモンのくし切り…4切れ

【作り方】

1. 枝豆は4〜5分ゆでて、さやから出す。
2. とうもろこしは芯と実の間に包丁を入れて実を切り離す。なす、たまねぎは1cm角に切る。オクラは1cm幅に切る。
3. ボウルに1、2を入れて薄力粉大さじ1をふり、混ぜる。
4. 別のボウルに溶き卵と冷水を合わせたものと塩を入れて混ぜ、薄力粉1カップを加えてさっくり混ぜて衣を作る。
5. 3に4の衣を加えて混ぜる。
6. フライパンの深さの1/2まで油を注ぎ、中温に熱し、5の具を穴あきのスプーンやおたまにのせて、油に落とし入れる。3〜4個入れ、途中裏に返して全体で2〜2分30秒程揚げて取り出す。天かすをすくい取り、残りも同じように揚げる。
7. 器に盛り、レモンを添える。

ココがポイント!

具材は衣と混ぜる前に薄力粉をまぶしつけておきます。
衣は混ぜ過ぎないようにするとサクッと揚がります

1人分：約545kcal　調理時間：約30分

毎月待ち遠しいです

表紙からどのページも充実した内容で丸ごと1冊待ち遠しいです。野菜の花は白や黄色が多いみたいとか、コンニャクの花にびっくりなど面白いです。

3年程前、息子夫婦が初めての米作りに挑戦しました。お嫁さんが米粉を作るために、田んぼを借りて始めたのです。事情があり、一度きりになりましたが、農業を大切に思う私にとって驚きと共にうれしい出来事でした。

昨年から世界中が苦しい状況ですが、編集部の皆さまお身体を大切に頑張ってください。

（大阪府・森えみ子さん）

しろ菜と白菜

5月号の朝井まかてさんのエッセイ「うっかりの野菜」が面白くてペンをとりました。白菜と書いて「しろな」と読むこともあるのですね。イラストにもしろ菜と白菜がありましたが、全く違う野菜でとても興味深く、これから時代小説を読む時は食のシーンを注目する楽しみが増えました。「阿蘭陀西鶴」をぜひ読んでみます。次号の執筆者はどなたかしら？とこちらも楽しみです。

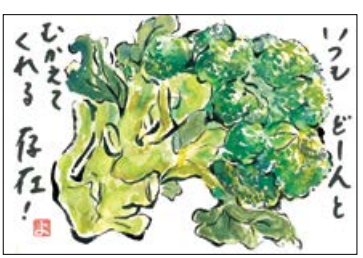
（熊本県・くみこさん）

福岡県・年川志賀代さん

愛知県・川田とよ子さん

佐賀県・原寿巳子さん

佐賀県・弓山ふくみさん



神奈川県・工洋子さん

今月の表紙
大豆の花

Apron WEBマガジン

3年分のバックナンバーや
WEB限定の家庭菜園、
わが家の菜園を掲載中。
食材からレシピ検索もできます。

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

わが家の味、お便りなどを大募集

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。

11月号／えのきたけたっぷりレシピ 2021年8月17日(火)締切
12月号／おすすめのもち米料理 2021年9月17日(金)締切

また、**「ApronPLAZAへのお便り」「絵手紙」「わが家の菜園」**は
いつでもご応募をお待ちしております。掲載分には薄謝を進呈いたします。

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

ApronWEBからの応募はこちら▶

＊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。

今月のPRESENT

写真はイメージです

ふるさと探訪で紹介した黒大豆えだまめの「富山ブラック」(250g×4袋)を20名様にプレゼントします。甘みたっぷり濃厚な味わいを家族みんなでお楽しみください。

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。

締切
2021年8月20日（金）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

当選発表
プレゼントの発送をもって
発表にかえさせていただきます。

ApronWEBからの応募はこちら▶

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皆様の個人情報は、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。

JA全農が提供するTOKYO FMのラジオ番組

★**SCHOOL OF LOCK!** (23:00〜23:06 毎週(木)放送) 虹コンが食と農の魅力を発信!
●**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。

ビールとの最強コンビ「枝豆」新鮮なものをすばやくゆでであげるのがコツです！

大豆が熟す前の未熟果が枝豆です。
さやが付いた枝ごと収穫し、売られていたことから
「枝豆」と呼ばれるようになったとか。
全国各地で早生（わせ）種から晩生（おくて）種まで様々な品種が栽培され、
その数は400種以上といわれています。
うぶ毛が白い青豆が一般的ですが、
品種の個性を楽しみたいなら、茶豆や黒豆もおすすめです。
噛むほどに独特のうま味や香りの広がる個性的な品種が揃っています。
この夏はJAタウンでお気に入りの枝豆を探してみてください。

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

●JR広島駅（11:00～15:00）：2021年8月6日（金）・20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.517 2021.8

エプロン8月号（No.517）2021年8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