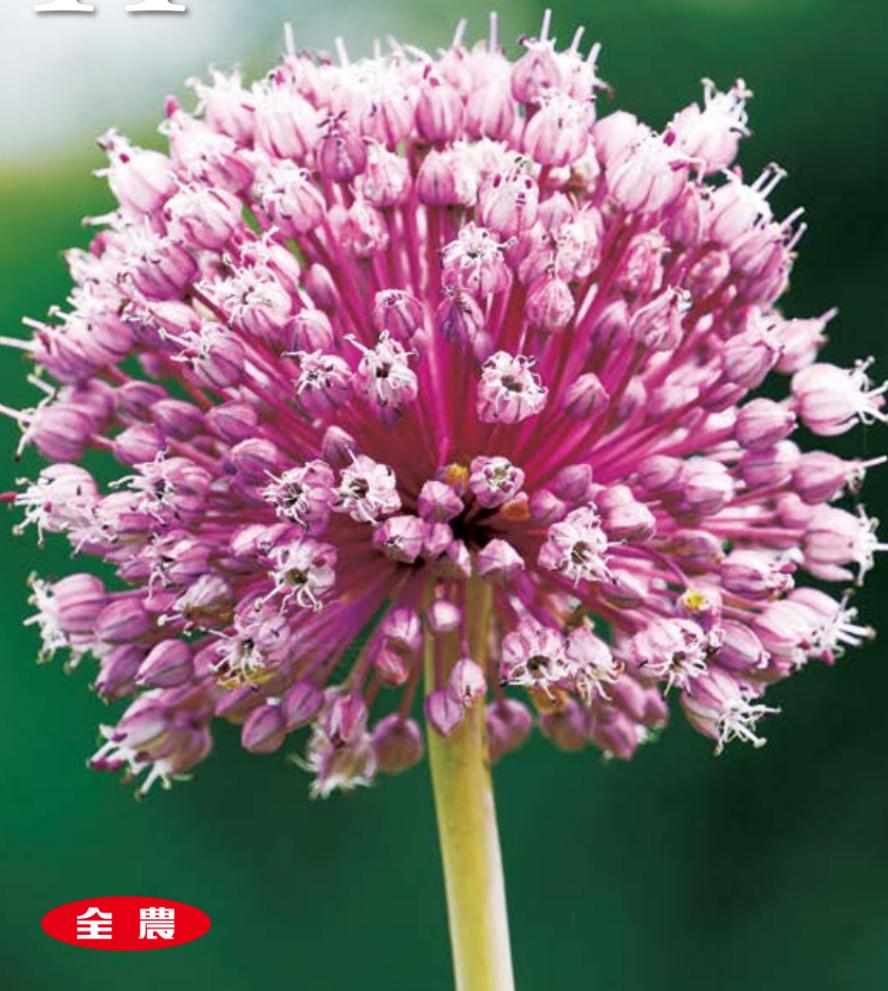


Apron

エプロン

11



ふるさと探訪
ニンニク

連載「食」と「農」のエッセイ
きむらゆういちさん

今月のおすすりレシピ
鶏手羽と根菜のスープ

ニンニク

白くて大玉、甘味のある

ふると
ざと
探訪

【青森県十和田市】
文◎米橋彰子 撮影◎磯野博正



JA十和田おいらせ野菜振興会にんにく専門部会の戸館快之部会長と母親のタミさん



“健康な土づくり” 土壌診断による

J A十和田おいらせの南部地域では、八甲田山麓のミネラル豊富な火山灰土を多く含む大地でニン

ニクをはじめ、ナガイモ、ゴボウなどの土もの野菜が盛んに栽培されています。

「恵まれた土壌と冬の厳しい寒さで、糖度の高いニンニクが

スタミナ食材の代表、ニンニク。

原産地は中央アジアと考えられています。

古代エジプトではピラミッドを建設する労働者の活力源となっていました。青森県は日本一の生産量を誇り、

国内出荷量の約7割を占めるニンニク王国。

県内一の大産地、J A十和田おいらせを訪ねました。

育ちます」と、J A十和田おいらせ指導やさい部指導課の高淵範頭課長。

9月下旬から10月上旬に種を植えつけ、12月中旬ごろから降り積もる雪の下でじつくりと根を張らせます。春になると新しい葉が出てきて鱗茎(球の部分)が大きくなり、6月下旬から7月上旬に収穫となります。

「土の中で長い時間をかけて育つので、土づくりが最も重要です。すべての畑で土壌中の養分状態を

把握する高精度の診断を行い、畑

ごとに分析結果に基づいた施肥管理をしています。過剰な肥料成分

は控え、ミネラル成分をバランスよく補給して、作物本来の力を発揮できる環境を整えます。よい土

味のあるニンニクができます」と、高淵課長。

栽培している品種は「白玉王」。

「サイズが中心で、大玉で形も味もよく、美しい白さが特長です。収穫したニンニクは乾燥機で2



収穫機で掘り取り、根と茎葉が切られ、スピーディーに収穫

週間ほどかけて乾燥させ、JAの低温冷蔵貯蔵施設で保管して周年出荷しています。

「温度、湿度を調整してニンニクの呼吸を抑え、鮮度をキープし、統一した高品質のニンニクを一年中安定してお届けできるよう努めています」。

数年かけて厳選した種で栽培

6月下旬、収穫真っただ中の畑を訪ねました。

「収穫適期は10日間ほど。梅雨時

ふると
探訪

期にあたるので、天気予報を見ながら収穫作業の計画を立てています。雨の後で茎が濡れていると収穫できないので、晴れて条件がよいときに一気に収穫作業を進めます」と話す、JA十和田おいらせ野菜振興会にんにく専門部会の戸館快之部会長。ニンニク栽培歴10年で45歳。母親のタミさんと二人で、ニンニクと米を栽培しています。

栽培品目ごとにある専門部会は20〜70代の幅広い年齢層で構成されています。そのなかでも、にんにく専門部会は30代、40代の若手が多く、「より品質の高いニンニクをもっとたくさんお届けしたい」と、勢いがあるそうです。

「高品質のニンニクを育てるには、土づくりはもちろんですが、よい種を選ぶことも重要です」と、戸館部会長。



JA十和田おいらせ産ニンニクを特許製法で低臭化した「プレミアムにんにく」の加工品。オンラインショップでも購入可能
<https://shop.jatowada-o.or.jp/>



●JA十和田おいらせ

【ニンニク】生産概要
 生産者数：575名
 栽培面積：約223ヘクタール
 出荷量：約1149トン
 主な出荷先：関東

「栄養豊富なニンニクを一年中食べてください」と、JA十和田おいらせの高刈範顕課長

土つきの皮をはいで根を切り取って調製。
 白いニンニクが現れます

「栄養豊富なニンニクを一年中食べてください」と、JA十和田おいらせの高刈範顕課長

7月に収穫が終わるとすぐに土づくりを始めます。110アールあるニンニク畑のうち、70アールは出荷用、40アールは種用で、9月下旬から植えつけします。
 「ニンニクの1片が種となります。元となる種ニンニクを植えて翌年7月に収穫。よい玉を選抜して1片ずつにばらしてそれをまた種とし、9月に植えて翌年7月に収穫して、と種の数を増やし、約3年目の収穫でようやく出荷用のニンニクに仕上がります」
 収穫して乾燥させたニンニクは、出荷前に調製作業をします。土

がついている外側の皮をはぎ、根を生え際から切り取り、大きさと品質を選別し、ネット詰めして出荷。

「調製は細かい作業で時間がかかります。一年通してお届けするため、JAの冷蔵貯蔵庫に預けたニンニクを冬の期間、定期的に取りに行き、その都度調製して出荷を続けます」と、戸館部会長。
 シンプルに網焼きにして食べるのと「ほくほくとして甘みが凝縮されておいしい」とのこと。さらに「家で一番よく食べているのはしゃぶしゃぶです」。だし汁にスライスしたニンニクと糸こんにゃくをたっぷり入れて、レタスやキノコなど、ほかの野菜と一緒に豚肩ロース肉をしゃぶしゃぶにしてポン酢で食べるそうです。
 食欲をそそる香りで、焼いても煮ても、生でも、それぞれ違ったおいしさのあるニンニク。健康な土でじっくり育った大玉ニンニクの甘みをぜひ感じてみてください。

スタミナ満点にんにく料理



1人分：約355kcal 調理時間：約25分

コロコロしたにんにくと黒酢がよくなじみます

鶏とにんにくの黒酢炒め

石川県・チャイニーズさん

【材料】4人分

にんにく…4玉 鶏もも肉…400g

青ねぎ…10cm分 片栗粉…大さじ2

A [黒酢…大さじ3 しょう油、みりん…各大さじ2]
[はちみつ…大さじ1 水…1/4カップ]

- 1 にんにくは1片ずつに分け、青ねぎは小口切りにする。鶏肉は一口大に切る。
- 2 にんにくを耐熱皿に入れてラップをかけ、電子レンジ（600w）で3分加熱する。
- 3 鶏肉に片栗粉をまぶし、2のにんにくの上のせてラップをかけ、電子レンジ（600w）で6分加熱する。
- 4 鍋にAを入れて火にかけ、温まったら3を加え、煮からめて少しとろみが出たら、青ねぎを加えて火を止める。



にんにくのダブル使いが
効いています

たことブロッコリーの スタミナ炒め

埼玉県・松岡典子さん

【材料】4人分
にんにく…4片 たこ…200g
ブロッコリー…250g
じゃがいも…1個 エリンギ…1本
オリーブ油…大さじ4
酒…大さじ1 塩…小さじ1/4
粗挽き黒こしょう…少々

- 1 ブロッコリーは小房に分ける。じゃがいも、エリンギは拍子木切りにする。にんにくは2片を薄切りにし、残りはみじん切りにする。たこは一口大の乱切りにする。
- 2 フライパンに油大さじ3、薄切りのにんにくを入れ、中火できつね色になるまで炒め揚げ、取り出す。
- 3 2のフライパンに残りの油を足し、みじん切りのにんにくを加えて中火にかけ、香りが立ったら、じゃがいもを加えて2分炒め、エリンギを加えて1分炒める。
- 4 3にブロッコリー、酒を加え、蓋をして3分蒸し煮し、たこを加えてさらに2分蒸し煮し、塩で調味する。
- 5 器に盛り、こしょうをふり、2のにんにくを散らす。

1人分：約205kcal
調理時間：約25分



優しくマイルドな濃厚スープ にんにくスープ

京都府・玉木美穂さん

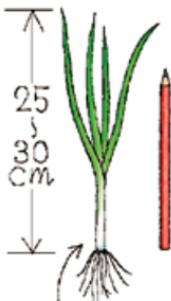
【材料】4人分
にんにく…1玉 ローリエ…1枚
タイム…少々 オリーブ油…大さじ2
バター…30g 薄力粉…大さじ2
塩、黒こしょう…各少々 水…カップ3
粉チーズ…大さじ4 パセリ…少々

- 1 鍋に1片ずつに分けたにんにくと水、ローリエ、タイム、油を入れて30分ゆで、にんにくを取り出し、裏ごしして鍋に戻す。
- 2 フライパンを熱してバターを入れて溶かし、薄力粉を加えて炒め、1のスープを少し加えてのばして1の鍋に移し入れる。
- 3 塩、こしょうを加えて弱火で温める。
- 4 器に盛り、粉チーズを加えて、パセリをふり、よく混ぜていただく。

1人分：約165kcal 調理時間：約40分

苗選び

草丈25~30cm、根元の太さ6~7mmの鉛筆くらいの太さで、根が白くよく伸びているものを選びましょう。



根元の太さ
6~7mm

えんぴつ
くらいのね



イラスト◎かとうともこ 監修◎山崎弘一郎

November

タマネギ

冬越しして長期間育てるタマネギは適度な大きさの苗選びと植えつけ時期を守ることが栽培のポイントです。早採りで生食できるタイプの極早生、貯蔵向けの中晩生など、専用品種を選んで楽しみましょう。

タマネギの生育適温は15~20℃で冷涼な気候を好みます。たねまきから始めると苗作りに2カ月以上かかり、植えつけに適した苗をそろえるのが難しいので購入苗がおすすです。植えつけ適期が遅れると、根付く前に寒さに負けて枯れてしまい、逆に早すぎたり、大きすぎる苗を植えると、春先、玉が肥大する前にとう立ち（ネギ坊主が出る）しやすくなるので、生育が旺盛なようであれば、年内の追肥は控える

ます。雑草に弱く、べと病などの病気や害虫対策のためにもマルチを張ると効果的です。収穫時に肥料過多になると、貯蔵性が悪くなり品質が低下することがあるので、3回目の追肥は、過剰や遅効きに注意して実施を判断してください。品種によって収穫時期が異なるので注意しましょう。タマネギが多湿になると収穫後に傷みやすくなるので、土が乾いた晴れた日に収穫します。

●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）

タマネギは根の張る範囲が比較的浅く、かつ狭い作物です。またリン酸を好む作物です。完熟堆肥の施用で土を柔らかくして、根の張る範囲をできるだけ深く広くさせることと、土の中で移動しにくいリン酸を根の張る予定位置に予めセットしておいて、リン酸を吸いやすくさせること、この2つの土づくりが栽培前に必要です。このため、植えつけの4週間前に1㎡あたり完熟堆肥2kgと重焼燐などのリン酸単肥50gを散布します。同時に苦土石灰（石灰類を前作で施用していれば不要）100g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、化成肥料（8-8-8）100g/㎡を散布し土に混ぜ込みます。

●タマネ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）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
植えつけ												●
収穫						●	●					

地域によって多少の違いがあります

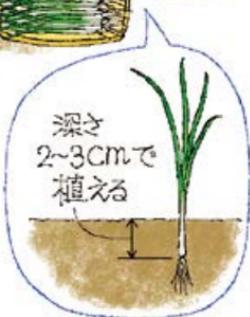
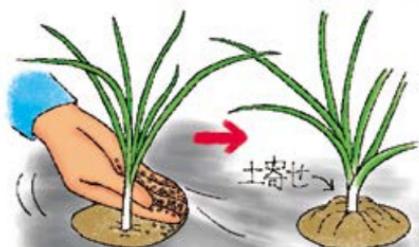
植えつけ

病害による被害軽減のため高畝栽培を行い、排水を良好にします。穴のあいているタマネギ専用のマルチを敷くと地温確保や病虫害対策などに効果的です。苗を1本ずつ植え穴に真っすぐ差し込み、葉の分岐点が埋まらないように深さ2~3cm位植え、株元を手でおさえます。



追肥・土寄せ

12月の生育が一旦停滞し始める前と、2月の莖葉が再び伸び始める前に、NK化成を各20g/m²程度施用します。追肥後は株元に軽く土寄せします。肥料不足の様子なら、3月に3回目の追肥を同量程度施用します。



保存



数日中に食べる場合は、葉と根を切り落として冷暗所で保管します。長期保存する場合は葉や根は切らずに4~5個ずつまとめてひもで縛り、風通しのよい軒下などの日陰に吊るしましょう。湿気が多い場所は腐りやすいので注意が必要です。

収穫



球が十分に肥大すると茎が根元から倒れてきます。全体の7~8割が倒れたら収穫適期です。雨の日を避け、晴天が続いて土が乾いた日を選んで抜き取ります。そのまま土の上に並べて1~2日乾かしましょう。



**「わが家の菜園」
募集中**

<https://apron-web.jp/mysaien/>

春巻きを作る

パリッとした皮と、熱々のあんが食欲を刺激する「春巻き」。途中ではがれず、食感よく仕上げるための巻き方、揚げ方をマスターしましょう。



1. 具をのせる

皮は艶やかな面が表になるようにし、角を手前に置く。手前から1/4の所に、よく冷やした具*をのせる。(p.11参照)



2. 巻く

手前の皮をかぶせ、初めのひと巻きは空気が入らないようにきつく巻く。左右の皮を内側に折り込み、そっと巻いていく。



3. 糊付けする

角の縁に糊（水溶き薄力粉）をしっかりとぬって留める。巻き終わりを下にして隙間をあけて並べる。



4. 揚げる

揚げ油を170℃に熱して4本ずつ入れ、色づいてきたら裏返す。皮がパリッとしてきたら、少し温度を上げてきつね色に揚げ、箸で縦に持ち上げて油をきる。

●油をきる時、立てかけるようにして置くと、表裏どちらの皮もからりと仕上がります。



五目春巻き

【材料】8本分

豚もも肉…120g たけのこ(水煮)…60g にんじん…30g
しょうが…10g まいたけ…35g にら…40g 乾しいたけ…2枚 乾しいたけ戻し汁…大さじ3
春巻きの皮…8枚 鶏がらスープの素(顆粒)…小さじ1/2
A [しょう油、酒…各小さじ2 砂糖…小さじ1/2 片栗粉…小さじ2]
サラダ油…大さじ1 ごま油…小さじ1 塩、こしょう…各少々
水溶き片栗粉 [片栗粉…小さじ2 水…小さじ2] 糊 [薄力粉…小さじ2 水…小さじ2]
揚げ油…適量

- 1 豚肉は細切りにしてボウルに入れ、Aを加えてよく混ぜ合わせる。
- 2 たけのこ、にんじんは3cm長さの細切りにする。しょうがはせん切りにする。まいたけはほぐす。にらは4cm長さに切る。戻した乾しいたけは薄切りにする、戻し汁は取っておく。
- 3 たけのこ、にんじんを耐熱皿にのせ、水小さじ1(分量外)をふってラップをかけ、電子レンジ(600w)で1分加熱する。
- 4 フライパンにサラダ油を熱し、豚肉を加えて中火でほぐすように炒め、3、しょうが、まいたけ、しいたけ、しいたけの戻し汁、スープの素を加えて炒め煮にし、塩、こしょうで調味する。
- 5 汁気が少なくなったら、にら、ごま油を加えてひと混ぜし、水溶き片栗粉を加え混ぜてとろみをつけ、バットに取り出す。
- 6 粗熱をとって冷蔵庫で、またはバットの底を氷水につけて、よく冷やす*。
- 7 右頁を参考にして6を8等分にして皮に包み、揚げる。

*常温の具を包むと、水分が皮にしみやすくカリッと揚がりません。

また、皮に十分火が通る前に具の温度が上がって膨張してしまうので、破裂しやすくなります。

◎1本分：約180kcal 調理時間：約40分(乾しいたけを戻す時間、あんを冷やす時間除く)

みむらゆういちさん

ごはんのみりよく

ごはんって食べ物はすごい！肉、魚、野菜、ありとあらゆるものと相性が良く、相手の味を引き立て、その上おにぎりのように一人でも自立している。

そんなごはんのようにボクはなりたいたい。というのとはともかく、その中でも特にボクが好きな組み合わせは「卵かけごはん」だ。更にそれに1日経ったトンカツを組み合わせると、最高だ。

前に「一番好きな食べ物は何ですか？」と聞かれた時「1日経ったトンカツと卵かけごはん。」と答えて変な顔をされたことがある。確かに冷めたトンカツを一番好きというのは理解しがたいかとも思うが、それには訳がある。中学校と母子家庭だった我が家の夕食は、母の帰宅が遅いため、隣のおばさんが買ってきてくれたトンカツ一枚を一人で食べていた。





きむらゆういち

東京都生まれ。造形教育の指導、テレビ幼児番組のアイデアブレンなどを経て、絵本・童話作家に。代表作に「あかちゃんのおそびえほん」シリーズ（偕成社）、「あらしのよるに」（講談社）など。著書は海外・国内合わせて1000冊をこえる。



「あかちゃんのおそびえほん 16 てをつなぐのだいすき」
偕成社

翌日の朝食も母はまだ寝ているため、昨夜のトンカツを2切れ残しておいて、それを卵かけごはんんで食べる。育ち盛りのボクは限られたおかずでどれだけごはんをかき込めるかが勝負だ。
おかずと言っても2切れのトンカツなのだが、1日経つと脂身が白くて歯応えがシコシコして前日とは違った味わいになる。
さらに買ってきてくれるトンカツは一番安いため脂身が多い。ということは2切れのトンカツは肉と脂身と衣という3つの味が味わえるのだ。
これしかないからと言えばそれまでだが、ボクは何年も毎日、この食生活

を続けた。
普通、だから嫌いになったという方も多いだろうが、ボクは逆に大好きになったという訳である。
他にもぐさな母は遠足や運動会には必ずおいなりさんを作る。
それも一度に50個くらい作る。なので前日の夕食も当日の朝食ももちろんお弁当もそしてその日の夕食も、おいなりさんになる。
それではさすがにおいなりさんが嫌いになるだろうって？ いや大好きになったのである。
どんな環境でもそれが好きになってしまえば幸せだ。今でも食卓にトンカ

(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。



ツが並ぶと、いそいそと卵を取りに冷蔵庫に向かってしまふボクがいる。もちろん、それも組み合わせにごはんだけは欠かすことができない。

今日から作りたいラクうま弁当【地味弁.com】

無理せず、気張らず

みんなが幸せになる

お弁当生活を提案します

全農が公開している特設サイト「地味弁.com」。見た目の華やかさではなく、お米のおいしさを楽しむお弁当作りを提案しています。食材の価格が高騰するなか、手作り弁当でランチ代を節約し、かけて、炒めて、煮るだけで簡単に作れるお弁当用万能だれを全農が開発。万能だれを使った20日分のお弁当レシピも考えました。新米がおいしいこの時期、地味弁でお米のうま味をたっぷり味わいましょう。

キ

キラ弁やデコ弁などが流行り、見映えを気にする人や、面倒などの理由でお弁当作りを断念してしまう人もいます。でも、自分や家族が食べるお弁当だからこそ、味を重視したいもの。全農では、「見た目には気にしない。華やかさよりもお

いしさを追求。頑張らなくていいお弁当」として「地味弁」を提唱しています。

地味弁は「お米はマスト！」がポイントですが、お米の懐の広さも再発見できます。照り焼きや中華といった濃い味と白米の組み合わせはお米の甘みが一層引き立ちますし、ケチャップラ

地味弁.com

「のっけ弁」「シック弁」などのテーマや季節のおすすめなど78レシピ掲載中。栗原心平さんと和田明日香さんの対談などもあり、長く続けるコツやマンネリ化防止のアイデアを紹介しています。



◀詳しくはこちら

<https://jimiben.com/>





万能だれを使って「地味弁」に挑戦!

全農オリジナル万能だれ公開中。

詳しくは「地味弁.com」の「一週間『万能だれ』地味弁」をご覧ください。



- コクうま生姜しょうゆだれ
- みそマスタードだれ
- 万能カレーだれ
- 塩レモンだれ
- 万能バーベキューだれ



イスなどの味付きご飯は調味料のうま味を米粒が含んで深い味わいに。おにぎりは具とお米が一体化することで生まれる新たな味を楽しめます。酸味も辛味も、肉・魚・野菜だけでも、お米と合わないおかずはない。どんなおかずを詰めてものつけても地味弁は成り立ちます。

今年9月に全農が実施した「お弁当“に”に関する意識調査※」では、「作る」派は42%、「買う」派は57%になっています。「作る」派の理由には、「コストダウン」「栄養バランス」などがありました。一方「買う」派の理由には、「手間が省ける」「自分でお弁当を作る技術がない」などがありました。毎食買うと食費が高くなる「栄養バランスが心配」といった悩みがあるようです。

そのような悩みを解消するために、管理栄養士監修のもと、5種類の全農オリジナル「万能だれ」を使った新し

いレシピを考案しました。週末に「万能だれ」を調理・ストックし、肉や魚野菜に絡めたり、肉につけて焼いたりするだけで、一週間のお弁当の献立ができあがり、お弁当生活が気楽に続けられます。その名も「一週間『万能だれ』地味弁」。摂取できる栄養ポイントや、1食あたり200円のお弁当レシピを全20種類を大公開。お弁当生活における時短術、節約術を提案しています。「献立に迷う」「続けるのが大変」といった理由でお弁当作りを敬遠している人は必見です。

お茶碗1杯(精米65グラム)は約26円。ご飯はとても経済的で家計の強い味方にもなります。新米がおいしい季節です。お米をシンプルに味わう塩むすび、しょう油のしみた味わいがたまらないのり弁など、ご飯そのものを楽しむお弁当で滋味深さを感じてみてください。そのヒントが「地味弁.com」にあります。

料理◎大森いく子
撮影◎黒部徹

鶏手羽と根菜のスープ

体が温まる、もち麦入りのカレー風味のスープです

【材料】4人分

鶏手羽元…8本 れんこん…120g ごぼう…1/2本(120g)
にんじん…小1本(120g) かぶ…3個(240g) にんにく…2片
もち麦…大さじ4 カレー粉…小さじ2~3
コンソメスープの素(顆粒)…小さじ1 水…6カップ
塩…小さじ1 こしょう…適量 オリーブ油…大さじ1

【作り方】

- 1 鶏手羽元に塩小さじ1/2、カレー粉、薄切りにしたにんにくを全体にまぶし、10分程おく。
- 2 れんこんは皮をむいて5mm厚さのいちょう切りにする。ごぼうは皮をこそげ、にんじんは皮をむき、それぞれ縦に4等分に切り、長細い乱切りにする。かぶは皮をむいて縦に6等分に切り、葉は細かく刻む。
- 3 鍋に油を入れて熱し、1を加えて中火で1分程、面を返ししながら表面全体を焼きつける。
- 4 3に水とスープの素を加えて強火にし、沸騰したら中火にし、蓋をして10分煮る。もち麦、2のかぶの葉以外の野菜を加えて蓋をし、さらに30分程、野菜がやわらかくなるまで煮る。
- 5 4に残りの塩、こしょうを加えて味を調え、かぶの葉を加えてひと煮する。

👉 ココがポイント!

もち麦を入れることで少しとろみが出ます。
鶏肉は下味をつけて味をなじませてから調理します。



熟れたゴーヤージャム

夏野菜がたくさんできていますね。8月号のわが家の味「おうちカレー」、いいですね。私の家もオクラが一日おきにとれるので、早速トマトも少

鳥取県・嶋田幸枝さん



鹿児島県・福村弘子さん



し入れて作ってみました。今、わが家はゴーヤーの佃煮や黄色に熟れたゴーヤーを使ったジャムにはまっています。どれもおいしくて夏の欠かせない品です。以前は、黄色に熟れたゴーヤーは捨てていたの

ですが、これがなんとおいしいジャムになるのです。知った時は目からウロコ

兵庫県・沼田典子さん



野菜は皮ごと調理

でした。熟れたゴーヤーをみじん切りして、適量の砂糖を加えて煮詰めるだけ。とっても簡単で、おいしい。色も綺麗です。

(大分県・原五月さん)

「食」と「農」のエッセイ篠田節子さんの「手をかけるほどにまづく」に同感です。読んでいて痛快で頷くことば

大阪府・井上芳子さん



かりでした。30年程前、1回のみ料理教室に参加した時、大根や人参はよく洗って皮をむかず、そのまま調理するよう教わりました。果物でも野菜でも、皮と実の間に一番栄養があると聞きます。納得です。私はブドウも皮ごと食べます。手が汁で汚れる心配はないし、野生児になった気分です。

(大阪府・K・キララさん)

愛知県・塚松加代子さん





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



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。

2月号/具沢山スープ 2022年11月11日(金) 締切
3月号/豚かたまり肉を使ったメニュー 2022年12月12日(月) 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
(株)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JA十和田おいらせから「プレミアムにんにく」(10個)を20名様にプレゼントします。特許製法により低臭化したにんにく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(〇〇スーパー〇〇店など)、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

2022年11月22日(火) 当日消印有効

あてさき

〒101-8691 日本郵便株神田郵便局私書箱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 | エプロン誌に投稿・申込みいただいた読者の皆様のご個人情報は、発送やお返事、誌面、ホームページでの紹介に保護について 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) 農業に携わる人の想いや未来にフォーカス!

※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。



食べごろを迎えた西洋ナシは
芳醇な香りを放ち
とろけるような舌ざわりと
滴る果汁が口いっぱいに広がります

収穫したての果実は硬く、ガリガリとした食感で果汁も少なく、果皮の色は品種によって赤、黄、緑色など様々ですが、適切な温度で一定期間「追熟」させることで、とろける食感の熟した果実になります。

知名度No.1で山形県が全国一の生産量の「ラ・フランス」や新潟県が主産地の「ルレクチェ」、フランス生まれ青森育ちの「ゼネラル・レクラーク」など、JAタウンには産地直送の西洋ナシが次々と出そろいます。届いた果実が硬いと感じたら、数日間常温で寝かせてください。軸の周りを指で触れて柔らかく感じ、香りが出てきたら食べごろサイン。時期を逃さず、濃厚な味わいをお楽しみください。



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):2022年11月26日(土)「JAおおいののり」
 - JR大阪駅2Fアトリウム広場(11:00~18:00):2022年11月19日(土)「和歌山のり」
 - JR広島駅(11:00~15:00):2022年11月4日(金)・18日(金)「みのりみのるマルシェat広島駅」
- 開催時間は状況によって前後する場合がございます。

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.532 2022.11

エプロン11月号(No.532)2022年11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) www.zennoh.or.jp

〒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) 受付時間:平日9:00~17:00

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。



Apron WEBマガジン