

Apron

エプロン

12

ふるさと探訪
紅まどんな

連載 「食」と「農」のエッセイ
森ミドリさん

今月のおすすめレシピ
簡単ボルシチ



ふると
探訪

【愛媛県伊予市】
文◎編集部 撮影◎磯野博正

ぷるぷる新食感で大人気

紅まどんな

※JA全農登録商標

※



「無事収穫が終わるとものすごく達成感があります」と、生産者の富田健さん



日当たりの良いハウスで徹底した栽培管理

「紅まどんな」は1990年に、強い甘みと適度な酸味のバランスが絶妙な「南香」と、たつぷりの

果汁と柔らかい果肉が特徴の「天草」を交配・育成し、2005年に品種登録されました。品種名は「愛媛果試第28号」ですが、紅の濃い外観、

愛媛県は温州みかんをはじめ、伊予柑、甘平、せとかなど40種類以上もの柑橘を栽培する柑橘王国。

なかでも今、注目なのが愛媛オリジナル品種の「紅まどんな」です。愛媛県内だけでしか生産されておらず、糖度、酸度、外観などJA全農えひめが定める品質をクリアしたもののだけが「紅まどんな」として出荷される限定品です。果肉は甘くとろけるような舌触りで、これまで食べたことがない美味しさと驚きの新食感が自慢です。

松山が舞台の小説『坊ちゃん』に登場する「マドンナ」に由来して「紅まどんな」の愛称が付けられ、2007年にJA全農が「紅まどんな」の商標を登録しています。実に17年もの歳月をかけて誕生した、待望の県オリジナル品種です。「両親の良い部分を併せ持ったとても美味しい果実です。果皮が薄く果肉が柔らかいのです。非常にデリケート。露地で果実が雨にあたりとヘタ周りなどが黒ずんだりする果皮障害が発生しやすいので、ハウスや簡易の雨よけによる施設栽培を中心に栽培しています」と、JAえひめ中央南部営農支援センター果樹担当技術員の重松政明さん。JAえひめ中央は紅まどんなをいち早く導入して、県内一の実産量を誇ります。

全国有数の柑橘栽培地として有名な伊予市下灘の山間部にある富田健さんの柑橘園を訪ねました。海を望む斜面に建てられた3連棟のハウスはどの角度からでも太陽の光が当たり、急傾斜なので雨が



たわわに実った紅まどんな。傷をつけないように優しくハサミで収穫していきます

ふると
探訪

降っても水はけがよく、紅まどんなを育てるための条件が揃っています。

「父の代まではハウスみかんを栽培していて、7年前にその一部を紅まどんなに切り替えたのを機に3代目として経営を引き継ぎました。栽培当初は、すべてにおいて試行錯誤の連続で、苗を植えて4年目にやっと収穫できるようになった時の喜びは格別でした」と、当時を振り返ります。「一番大切なのは水管理。玉太りや糖度に影響が出るので、切り替えのタイム

ングがとても難しい。夏場の水管理には樹の根元に張り巡らせたパイプで点滴灌水を行っています」とのこと。

さらに夏場は果実が肥大する大切な時期。水管理はもちろん、紅まどんなの特徴でもある鮮やかな紅色を出すために、40℃以上にもなるハウス内での枝吊り作業も必須です。果実の重みで枝が折れないように、また枝を上に向かせて果実に日光を十分に当てることで糖度を上げ、きれいな色づきを促します。ハウス内は約30度の急傾斜で、上り下りだけでも重労働。真夏の暑さも加わり、かなりの労力を要しますが「ていねいに手をかければかけた分だけ結果がついてくるので、やりがいがあります。今後は栽培面積も増やしていきたい」と、熱い思いを語ってくれました。



厳しいチェックに合格したものだけが「紅まどんな」ブランドで出荷されます



●JAえひめ中央

「紅まどんな」生産概要

生産者：1028名

栽培面積：約148ヘクタール

出荷量：約2800トン（2021年度実績・愛果含む）

主な出荷先：関東、関西



「年々生産量が増加しています」と、JAえひめ中央南部営農支援センターの重松政明さん



枝吊りで果実に日光が当たり品質が上がります



海に面した傾斜地に建つ3連棟のハウス

**高品質を維持し
ブランド価値を高める**

紅まどんなの収穫は11月中旬から12月下旬頃までの約1ヵ月間に集中します。コンテナで選果場に出荷されると、1個ずつ外観、着色、形状などをチェックし、光センサーによる糖度測定をして、J A全農えひめが定める品質基準と外観基準をクリアしたものが「紅

まどんな」として出荷されます。「糖度が高く、大玉で外観がきれいな紅まどんなは、ちょうど出荷時期が12月ということもあり、贈答品としてとても人気があります。今後も生産者が自信をもって作り続けていけるように、ブランド価値をより高め、守っていきたい」と、J Aえひめ中央の重松さん。

紅まどんなの最大の特徴は伊予柑やオレンジにはない、果肉のとろけるような食感です。プルプルとした果肉はまるでゼリーのような舌触りで、柑橘としてはまさに新食感。果皮（外皮）が薄く、手で皮をむくのは難しいため、皮ごとクシ切りにしてください。

毎年、市場関係者も出荷を待ち望んでいる「紅まどんな」。出荷期間が短いので、どうぞお見逃しなく。

（2021年12月上旬取材）

定番のおもてなし料理



1人分：約400kcal 調理時間：約90分

ダイナミックなごちそうプレート

豚肉のフライパンロースト

兵庫県・堀ノ内千恵子さん

【材料】4～6人分

豚肩ロースかたまり肉…600g ジャがいも…3個(450g) にんじん…1本(200g)
 ブロッコリー…1株(200g) しょうが…小1片 にんにく…1片 ローリエ…1枚
 ローズマリー…2～3枝 白ワイン…大さじ2 バター…大さじ1
 塩、こしょう…各適量 サラダ油…大さじ1

- 1 豚肉は塩小さじ1、こしょう少々をまぶして20分程室温に置き、下味をつける。
- 2 ジャがいもは皮をむいて半分に切り、水に10分程さらして水気をふく。にんじんは皮をむいて縦半分に切り、長さも半分に切る。ブロッコリーは小房に切り分ける。しょうがは皮つきのまま薄切りにする。
- 3 フライパンに油を熱し、1を入れて中火で全体にしっかりと焼き目をつけ、周りにじゃがいも、にんじんを置き、しょうが、にんにく、ローリエ、ローズマリーを加えて蓋をして途中上下を返し、弱火で30～40分蒸し焼きにする。
- 4 ジャがいも、にんじんが柔らかくなったら取り出し、ブロッコリーを加えて6～8分蒸し焼きにして取り出し、野菜に塩少々をふる。
- 5 豚肉など残りの具材を取り出し、にんにくはフォークでつぶしてフライパンに戻し入れ、白ワイン、バターを加えて軽く火にかけ、塩、こしょう各少々で調味してソースを作る。
- 6 豚肉は1cm厚さに切って器に盛り、野菜とソースを添える。

具だくさんの郷土料理

かき混ぜ

和歌山県・びんごさん

- 1 戻した高野豆腐としいたけは薄切り、戻したひじきは3cm長さに切る。こんにゃくは3cm長さに切り、5分程ゆでてザルにあげる。にんじんは3cm長さの細切りにする。ごぼうはさがきにして水で洗い、水気をきる。油揚げは細切りにする。
- 2 鍋に1を入れてだし汁を注ぎ、中火にかけて煮立ってきたら、砂糖、みりん、しょう油、塩を加えて蓋をして弱めの中火で10分程、汁気がほぼなくなるまで煮る。
- 3 少し大きめのボウルにすし酢の調味料を入れて混ぜる。
- 4 れんこんは薄切りにしてさらに2cm四方に切り、塩、酢各少々(分量外)を入れた熱湯で30秒程ゆでてザルにあげ、3に入れて混ぜ、冷ます。
- 5 卵はボウルにほぐし、薄焼き卵を作り、錦糸卵を作る。
- 6 絹さやはさっとゆでて冷水で冷まし、せん切りにする。紅生姜はみじん切りにする。
- 7 ご飯は普通に炊き、飯台に取り出して4をれんこんごと加え、切るようにして混ぜてから、2、6を加え混ぜる。
- 8 器に盛り、5を散らす。



【材料】4〜6人分

れんこん…120g にんじん…120g
ごぼう…100g 高野豆腐…2枚
乾しいたけ…小6枚 ひじき…10g
糸こんにゃく…100g 油揚げ…1枚
卵…3個 絹さや…10枚 紅生姜…30g
だし汁またはしいたけの戻し汁…1.5カップ
砂糖…大さじ2 みりん…大さじ2
しょう油…大さじ1 塩…小さじ1/2
すし酢
[酢…1/2カップ 砂糖…大さじ3]
[塩…小さじ1]

米…3合 水…540ml

1人分: 約500kcal

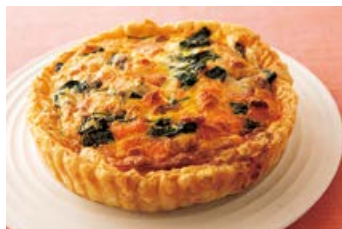
調理時間: 約60分(乾物を戻す時間除く)

季節の野菜でアレンジできます

キッシュ

神奈川県・めめまどさん

- 1 パイシートは半解凍して25cm四方の2mm厚さに伸ばして型に入れて貼りつけ、周りの生地を型より1cm高く切り揃えてフォークで底に穴を開け、冷蔵庫に入れておく。
- 2 ほうれん草はゆでて冷水にとって冷まし、水気を絞って3cm長さに切る。マッシュルームは縦4等分に切る。サーモンは2cm幅に切る。
- 3 フライパンにバターを溶かしてマッシュルームを入れ、弱めの中火でしんなりするまで炒め、ほうれん草を加えて中火で炒め、軽く塩、こしょうする。
- 4 ボウルに卵をほぐし生クリームを加えて混ぜ、粉チーズ、塩少々、こしょう少々を加え混ぜる。
- 5 1に3とサーモンを混ぜて敷き詰め、4を注ぎ、チーズを散らして180度のオーブンで30分程焼く。



【材料】18cmタルト型1台分

冷凍パイシート…18cm×18cm1枚(155g)
ほうれん草…150g マッシュルーム…100g
スモークサーモン…80g 卵…2個
バター…大さじ1
生クリーム…1/2カップ 粉チーズ…大さじ2
ピザ用チーズ…40g 塩、こしょう…各適量

1台分: 約1575kcal 調理時間: 約40分



ニンジンを収穫したら、根が二股になっているものがありました。何が原因でしょうか？



ニンジンの主根部分が障害を受けて、股割れする現象を「**岐根**（また根）」と呼びます。根は真っすぐ下に伸びるので、障害物が

あると発生しやすくなります。畑の準備をする際に、石や枯れ枝、土や肥料の塊などをていねいに取り除いておきます。根は15～20cmの長さで生長するので、深くよく耕して柔らかい土にしておきます。古いたねを使ったり、水はけの悪い畑でも多く見られるので注意しましょう。



イラスト◎かとうともこ 監修◎山崎弘一郎

December 菜園Q&A

野菜作りは何年経験していても新たな疑問が次々とわいてきますね。そんな悩みや疑問をQ&Aにしたので参考にしてみてください。少しづつ腕をみがいて、菜園ライフを楽しみましょう。



トマトなど「わき芽をかき取る」といいますが、わき芽の見分け方を教えてください。



トマトは1枚の葉が複数の小葉に分かれる「複葉」です。葉が何枚もあるように見えますがこれで1枚の葉です。わき芽はこの葉のつけ根から出てき

ます。伸びると葉がつき、花も咲いて主枝と同じ形になります。わき芽をそのまま放任しておくと株の負担になるうえ、茎葉が混みあって風通しや日当たりが悪くなるので、わき芽は小さいうちに取り除きましょう。



植えつけ適期になる前に苗を購入してしまいました。どのような管理をすればよいでしょうか？



植えつけ直前に植えつけ適期の苗を入手するのが一番ですが、欲しい苗や品種が無くなるのでどうしても早めに購入してしまいがちですね。そのまま置いておくとポットの中で根が回ってしまったり、肥料切れを起こしてしまいます。一回り大きなポットに鉢上げしてやるか、液体肥料を施して肥料切れを防ぐとよいでしょう。水やりをして、日当たりがよく、冷たい風が当たらない場所などで管理しましょう。





サツマイモ栽培で使うマルチは何色を使ったらよいですか？



サツマイモは高温を好みます。植えつけ時期の5月頃はまだ気温が低い日があるので、マルチを張って地温を上げると順調に育ちます。透明のマルチは地温を上げる効果は高いのですが、夏場は温度が上がりすぎてしまいます。黒色のマルチは保温とともに雑草防止効果もあるので、黒色をおすすめします。



キュウリの実が曲がってしまふのはどうしてですか？



キュウリの曲がり果は日照不足や水分不足、肥料不足などさまざまな原因が考えられます。気温が高すぎても低すぎても花芽の形成や花粉の出が悪くなったりして曲がったキュウリに育ちやすくなります。今まで真っすぐなキュウリが収穫できていたのに、いつの間にか曲がったキュウリが多くなってきたと感じたら、株自体が疲れてそろそろ収穫終了のサインです。キュウリの実には曲がっていても味には変わりはないので、最後まで楽しみましょう。



ブロッコリーの茎に穴が開いているのは何か異常でしょうか？食べても大丈夫ですか？



茎に穴が開いているのは「花茎空洞症」(ホローステム)といわれる症状です。ブロッコリーが急激に生長すると、茎の生長が追いつかなくなつて穴が開いてしまうものです。採り遅れて「す」が入る状態なので、適期収穫を心がけてください。また、窒素肥料が多いと引き起こしやすくなるので過剰な施肥は避けましょう。病気ではないので、穴以外に何か問題がなければ食べても大丈夫です。



**「わが家の菜園」
募集中**

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

さつまいもの裏ごし

裏ごしをすると、なめらかな食感に仕上がります。さつまいもやじゃがいもなど、でんぷん質のものは冷めると粘りが出てつぶしくくなるので、熱いうちに裏ごししましょう。

●裏ごし器がなくても網目の細かいザルで代用できます。



1. 下ごしらえ

さつまいもは2cm厚さの輪切りにして厚めに皮をむき、10分程水にさらして水気をきる。



2. ゆでる

鍋にさつまいもを入れ、水をひたひたに加える。中火にかけて煮立ってきたら蓋をし、火を弱めてさつまいもがやわらかくなるまで15～20分ゆでる。



3. 裏ごしする

受け皿の上に正面から見て網目が斜め交差になるように裏ごし器を置く。さつまいものゆで汁をきり、熱いうちに網の奥にのせて木べらをねかせて手前に引き、手早く裏ごしする。

4. 内側もとる

裏ごし器の内側についたさつまいももきれいにそぎ落とす。



栗きんとん

【材料】 作りやすい分量

さつまいも…500g (正味300g) 栗の甘露煮…1瓶 (=200g : 固形量100g)
くちなし水* (くちなしの実…2個 水…1カップ)
グラニュー糖…大さじ3～4 栗の甘露煮のシロップ…1/2カップ

- 1 くちなしは1個を3等分ぐらいの輪切りにし、水に1～2時間浸して色出しし、くちなし水を作る。
- 2 右頁を参考にさつまいもを裏ごしする。
右頁の [工程2] で鍋にさつまいもを入れた後、
1を茶こしでこしながら入れてから、水をひたひたに加えてゆでる。
その後 [工程4] まで進める。
- 3 栗の甘露煮は1粒を半分に切る。
- 4 鍋に2、グラニュー糖、水1/2カップ (分量外)、栗のシロップを入れて木べらでなめらかになるまで混ぜる。
- 5 4に3を加えてひと煮して、保存容器に入れて冷ます。

※くちなし水を使うと、色むらができずきれいに色をつけることができますが、なくても構いません。

◎全量 : 約870kcal 調理時間 : 約40分

食と農と音楽と

ずっとこんな夢を描いていた。

——舞台をいろいろな野菜で埋め尽くし、歌ったり演奏したり語り合ったりして、子どもたちに農の大切さ、素晴らしいさを伝えるコンサートをしたい！
で、思えば通じる。更に思えば実現する。その言葉通り、東京国分寺市のホールで開かれたのが「農のコンサート」。

品川区の教育委員を務めていた関係で、ある小学校の四年の児童たちと、どんなことでもいいので、農に関する詩を書くことを夏休みの宿題に加えて

いただいた。

当日は、田中星児さんを始め、東大、東京農大の先生や作家、米作り農家の方、養豚に夢中の若い女性など様々な分野の方々がご登場。

そしていよいよ子供たちの詩の出番となり……といっても時間に限りがあるのでその場でアットランダムに選んで、即興で曲を付けて歌う形となった。

「あ、私の書いた詩だ」

と気づいたら、舞台へ上がってきて、茄子でも胡瓜でも好きなものを三個ずつ切り取って持ち帰っていいですから





森 ミドリ

音楽家・エッセイスト。名古屋生まれ。東京藝術大学作曲科卒業、及び、同大学院修了。現在は作曲・編曲、エッセイ執筆、究極の癒しの楽器・チェレスタでのコンサート、特にピアノでの即興演奏に心を注いでいる。12月23日(金)昼と夜、紀尾井町サロホールにて恒例のクリスマスコンサートを予定。詳細・お申込みなどは03-3493-6420(モリ・オフィス)まで。



森ミドリ ピアノ即興演奏 高貴光臨

ね、ということに。

ところが、ひとりがナカナカ舞台に來ない。(あとでわかったのだけれど)特別学級の女の子が眠ってしまい、あなたのじゃないの?と促されて、ようやく気がつき、舞台へ。するとミニトマトを三個だけ収穫し、掌に。

それだけでいいの?と聞くと、うん、トマト、ダイスキとひとこと。でも面白いことに、詩のタイトルは「ピーマンさん」だった。

トントンと舞台から下りる左右には私の大好物のウドが、まるで今にも合唱を始めるような感じでお行儀よく縦に並べられている。

野菜たちに音楽を聴かせると、より

美味しく成長する、という研究が進み、実践している農家も増えてきたという。そんな話なども織り込みつつ、あつという間に三時間は過ぎた。

来年も、と心弾ませたけれど、どうやら、あれだけの鉢植えや苗を持ち込むのは大変なことだったらしく。

あれから十数年。

今は実のなる…例えばパッションフルーツやネクタリン、スダチ、日本レモン、オリーブなども育てている私。

あの石原裕次郎さんが、庭に植えるなら実のなる木がいいな!とおっしゃ

っていたことを最近知って、ちょっとニンマリ。

もし叶うならば(仮題ですが)「実のなる実になるコンサート」ができればいいなと。

あのオ、どなたか協力いただけないでしょうか?

(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。



自然のままのおいしさ【牛乳】

自然の産物だからこそ、
味わいに変化があります。

冬の牛乳のおいしさを楽しみましょう

乳牛から搾乳した生乳を100%使用したものが牛乳です。

生乳の乳脂肪分は乳牛の品種、個体、季節によって変化します。商品によって乳脂肪分「3.5%以上」「3.6%以上」など違いがあるのは、乳牛が生きものなので、乳脂肪分の含有量が変わるから。そして牛乳は乳脂肪分などを調整しない「成分無調整」で作られているからです。

生

乳は乳牛が生み出す自然の産物なので、エサや季節、飼育方法などいろいろな違いで、乳量や乳成分が変わります。同じ牧場の牛でも、一頭ずつ味は違います。

日本の乳牛はほとんど黒白まだらのホルスタイン種ですが、他の品種の牛も飼育され、それぞれ乳成分に特徴が

あり、味わいも異なります。ジャージー種は乳脂肪分が高い濃い乳を、ブラウンスイス種はチーズに適した濃厚な乳を出します。

乳牛、とくにホルスタイン種は寒さには強いけれど、暑さは苦手です。夏は食欲が落ちて、水分を多くとるので、さっぱりとした味わいになります。冬から春先にかけて食欲が増すと、乳脂



「農協牛乳50周年」

牛乳づくりを変えた 3つの革命

1972年に発売された「農協牛乳」。当時は乳脂肪分の低い加工乳が「成分調整乳」として販売されていました。自然の恵みをそのまま届けたい酪農家の想いに沿うため、農協牛乳は「自然はおいしい」をキャッチフレーズに「成分無調整・生乳100%使用」を宣言して、製造・販売を始めました。また、宅配の瓶牛乳が主流の中、スーパーマーケットなど量販店に牛乳を直接卸すことで、消費者が店頭で買えるようにし、主婦が持ち帰りやすいよう1リットルの紙パックを採用しました。

「成分無調整・直販・紙パック」という3つの画期的な提案は、安全・安心で新鮮なおいしさを求める多くの消費者に受け入れられ、日本の牛乳市場を大きく変えました。現在も、酪農家と食卓をつなぐ「農協牛乳」の取り組みは続いています。

50周年特設
サイトはこちら▶



脂肪なども増加するので、コクのある濃い味になるのです。同じように乳量も暑くなると減り、寒くなるにつれて増えていきます。

また、乳牛が食べるエサでも味は変わるほか、生乳を殺菌するときの殺菌温度や時間などが異なると、その方法によっても牛乳の味は違ってきます。牛乳は生乳に何も加えることなく、乳業会社で消化吸収を良くするため脂肪球の均質化を行い、殺菌しただけのも

のです。まさに「自然のままのおいしさ」です。

寒さが厳しくなってくると、温かくて濃厚な味わいの食べ物が悪しくなっています。牛乳は塩分コントロールにも役立ちます。牛乳をだしの代わりに使うとコクやうま味が出ておいしくいただけます。シチューやグラタンはもちろん、味噌汁や肉じゃが、鍋物に牛乳を加えると減塩効果とうま味が得られますので、さまざまな料理に活用し

てください。また、カルシウムには、交感神経の働きを抑える作用があることが知られています。イライラや不安は交感神経が優位な時に起こりがち。消化吸収がよい牛乳ならおやすみ前の摂取にもぴったりなので、ホットミルクで体を温め、リラクセスしてよい眠りにつきましょ。冬から春ならではの濃厚な牛乳を味わい、牛乳の“旬”を感じてみてください。

ウクライナ情勢、円安などの影響により、生活にかかわる身近なものが次々と値上がりしています。酪農に欠かせない乳牛のエサ代や電気代も大きく上昇しました。酪農家の努力だけではどうにもならない事態が起こっています。おいしい牛乳をいつでも買うことができる日常が続くように、みなさんもおいしく飲んで応援していただけたらうれしいです。

簡単ボルシチ

ビーツの色が映える味わい豊かなスープです

【材料】4人分

牛切り落とし肉…250g ビーツ(生)…400g
たまねぎ…1個(200g) にんじん…1本(200g)
じゃがいも…3個(450g) キャベツ…250g にんにく…1片
白ワイン…大さじ3 水…3カップ トマトピューレ…大さじ4
ローリエ…1枚 レモン汁…大さじ1 塩、こしょう…各適量
サラダ油…大さじ3
サワークリーム(または水きりヨーグルト)…適量

【作り方】

- 1 たまねぎは縦半分に切り、横半分にして縦1.5cm幅に切る。にんじんは皮をむいて4cm長さ1.5cm角の棒状に切る。じゃがいもは皮をむいて半分に切り、さらに4等分に切り、水に10分程さらして水気をふく。キャベツは3cm四方に切る。にんにくはみじん切りにする。
- 2 牛肉は塩、こしょう各少々をふる。
- 3 フライパンに油大さじ2を熱して中火で2をほぐすように炒め、肉の色が変わったら、にんにくを加えて炒め、香りが出たら残りのキャベツ以外の1の野菜を加えて炒め、白ワインをふり、水を加える。煮立ってきたら、火を弱めてアクを取り、トマトピューレ、ローリエ、塩小さじ1、こしょう少々を加え、蓋をして弱火で15分程煮たら、キャベツを加えて5分程煮て一旦火を止める。
- 4 ビーツは皮をむいて1センチ角の棒状に切る。
- 5 別の鍋に油大さじ1を熱して4を入れて中火で炒め、3の煮汁1/2カップ、塩小さじ1/5、こしょう少々、レモン汁を加えて蓋をし、弱火で柔らかくなるまで15分程煮る。
- 6 3を再び火にかけて温め、5を煮汁ごと加えて混ぜ、火を止めて20分程置く。
- 7 中火で温めて器に盛り、サワークリームをのせる。



ココがポイント!

切り落とし肉を使って煮込み時間を短縮しました。
ビーツは別鍋で少ない煮汁で煮ることで色が抜けずに鮮やかに仕上がります。



伝統野菜を知りました

なるほど全農の「主な地域の伝統野菜マップ」で、私が住んでいる関東地方を見ると、「のらぼう菜」が紹介されて

いました。数年前、農家の方からのらぼう菜を1株いただき、毎年大切に育てています。

江戸時代の食料飢饉もこれで乗り切ったと文献に残っているだけあって、病気にも天候不順にも強いようで私のような素人でもうまく育てられます。菜の花によく似たきれいな花も全部食することができて、今年も種をまきました。

全国には歴史とともに伝わる個性豊かな伝統野菜がたくさんあることを知り、地方に行ったときは販売所を訪ねてみたいと思います。

(神奈川県・旅好きさん)

ラッキーな出来事?

友人の88歳のお祝いに仲良し四人組で懷石料理を楽しんだ折、伏見とうがらしの天ぷらが私のものだけ辛く、口の中が火を噴いたようになり、涙が出そうでした。お店の方の話で虫のイタズラと聞き、そんなものかと思ったのですが、9月号のふるさと探訪を

読んで1000本に1本の確率だなんて……。あの日宝くじでも買っていればラッキーだったかもと一年も前のことに懐

かしくも残念にも感じています。

(大阪府・福永笙子さん)



富山県・石尾真希子さん



埼玉県・永田美春さん



埼玉県・上原かほるさん



神奈川県・河内栄子さん



長野県・碓氷久美子さん



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。

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
4月号／野菜を使った作り置き 2023年 1月12日(木)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えひめ中央
から「紅まどな」約2.5kg(L~4Lサイ
ズ)を20名様にプレゼントします。ゼリ
ーのような舌触りのぷるぷるした果肉を
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12月15日(木) 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個人情報の、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。



みんな大好き！
甘酸っぱくてジューシー
手でむきやすく、さっと食べられる手軽な
「温州みかん」をどうぞ！

一般に「みかん」と言われている日本の冬を代表する果物で、皮がむきやすく、食べやすいのが特徴です。日本原産と推定されていますが、なぜか名前は中国由来。「温州」は地名で、柑橘類の名産地だった中国浙江省温州にあやかってつけられたといわれています。

暖かい気候を好み、関東以西の沿岸地域で盛んに栽培され、和歌山、愛媛、静岡、熊本、長崎などが主な産地。温州みかんだけでも100種類以上の品種があり、9月の極早生種に始まり、早生種、中生種、晩生種と12月まで収穫が続きます。また品種だけでなく、樹上完熟栽培や貯蔵などにより3月頃まで、特徴の異なる多種多様なみかんが各産地から出荷されて長期間楽しめます。

この冬は、自分好みの味をJAタウンで探してみませんか。



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12月3日(土)・4日(日)「日本の酪農応援マルシェ」
 - JR広島駅(11:00～15:00):2022年12月2日(金)・16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.533 2022.12

エプロン12月号(No.533)2022年12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 MAGAZIN