

Apron

食と農の情報誌 エプロン

8

2024
August

ふるさと探訪

越の丸茄子

「食」と「農」のエッセイ

中村文則さん

今月のおすすめレシピ

丸なすのトマトみそソース焼き

全農

ふるさと
探訪

越こしの丸まる茄子なす

まん丸でつややか、濃紫の逸品





「部会として42年、地域で工夫をしながら大切に育てています」と話す、ひすい丸茄子部会の橋立力部会長

夏野菜として欠かせない野菜のひとつ「茄子」。日本各地で大きさや形、色など個性的な在来種が栽培され、地域の特産品として親しまれています。新潟県は、茄子の作付面積で全国トップクラスを誇るなど栽培が盛んで、県内では約20種類の地域特有、多種多様な茄子が栽培されています。中でも高い評価を得ているのが「越の丸茄子」です。直径10cmほどもある大きな丸茄子の産地、糸魚川市のJAえちご上越（ひすい地区）を訪ねました。

昼夜の温度差が 栄養を蓄える

新潟県の最西端に位置する糸魚川市。日本の国石である翡翠ひすいの産地として有名ですが、

近年は東京市場で認知された「越の丸茄子」が特産品として注目されています。「越の丸茄子は新潟県

で会津在来種の「横田丸」と新潟の「巾着」を交配して開発された品種です。1981年から糸魚川市能生谷地区のうたにで生産が始まりました。手に収まらないほどの大きな丸茄子で、色が濃くてつやがあり、

しっかりとした肉質と甘味が特長です」と自信をのぞかせる、JAえちご上越ひすい営農センターの渡邊遼太さん。

日本海沿いの道路から南へ30分

ほど車を走らせていくと、棚田が広がる山間の一角にひすい丸茄子部会の橋立力部会長が栽培するハウスがありました。

「ここで標高400mくらい。越の丸茄子は標高300〜350mの地域で主に栽培しています。山間の昼夜の寒暖差で栄養を蓄えて甘味がのり、肉質が締まって、色つやの良い茄子に育ちます」と、橋立部会長。1棟の全長が25mある



撮影◎磯野博正



専用の器具でサイズを測りながら収穫

ふるさと 探訪



きれいに色づくよう不要な葉を取って、枝を整理

ハウス10棟(約15アール)を管理し、6月末〜11月上旬まで出荷が続きます。越の丸茄子の育種・育苗はJAの育苗センターで一括して行います。

「草丈30cm位で一番花のついた苗を、5月末までに定植します。株は3本+3本の6本仕立てにし、キュウリネットを斜めがけにしてV字型に整枝、誘引します。時期にもよりますが、着果してから20日ほどで収穫を迎えます。ヘタの部分に鋭いトゲがあるので、実に

傷がつかないように、また太陽の光がしっかりと当たるようにと、枝や葉をこまめに整理します。ここ数年のような猛暑だと水分不足でつやがなくなるので、朝夕にハウス内を見回って状態を見ながらの水やりも欠かせません」と、橋立部会長。

水と肥料の管理、ハウス内の湿度を適正に保ち、小さな変化も見逃さず栽培技術や品質の向上に取り組んでいます。

厳格な規格基準で トップブランドを維持

収穫は朝5時前〜7時頃まで。大きさを一つひとつ確認しながら、手の平でそとつ実を包んでハサミで切っています。

「大きさを測る収穫リングの直径は9cm2mm。これがMサイズで規格の中心です。色、つや、形、傷などの外観、大きさを確認しながら



「新鮮なうちにお届けできるよう励んでいます」JAえちご上越ひすい営農センターの渡邊遼太さん

●JAえちご上越

【越の丸茄子】生産概要

(1) ひすい丸茄子部会

栽培面積：約70a

生産者：12名

出荷量：約23トン

(2023年度販売実績)

(2) JAえちご上越 越の丸なす部会
(上越地区)

栽培面積：約20a

生産者：6名

出荷量：約8.5トン

(2023年度販売実績)

主な出荷先：県内、東京など

購入はこちら▶



なので、「越の丸茄子」を見かけたなら、ぜひ一度お試しください。ください。
(取材：2023年8月下旬)



自宅の作業場で出荷前の箱詰めをします



集荷場で最後の検品。1日100箱前後、多い時には200~300箱にもなります



ヘタと実の間の白い線が新鮮な証拠。軸の切り口がみずみずしい

収穫し、自宅の作業場に運んで選別・箱詰めします」と、橋立部会長。作業場では乾いたタオルで1個ずつ茄子の表面を拭き、軸をハサミで斜めに切つて揃え、もう一度、傷などの外観と大きさをチェック。規格（1箱にSサイズ11個入り、Mサイズ9個入り、Lサイズ8個入り）に合わせて丁寧に箱詰めして、8時~10時半までにJAの集荷場に運びます。

「集荷場でも1箱ずつ中を確認して検査します。この検査の厳格さで東京市場に、間違いのない品質」と信頼を得ているため、生産

者も高品質の茄子を栽培する励みになっていきます」と、ひすい営農センターの渡邊さん。生産者の高齢化を見据え、安定生産と信頼のブランドを継続するため、新規就農者に丸茄子ミニ農業塾を開講。担い手支援の取り組みも行われています。

その大きさ、甘味としつかりとした肉質ながら、やわらかな食感は「茄子の大トロ」と称されています。縮まった肉質なので煮崩れしにくく、油との相性は抜群。焼いても、炒めても、どんな料理でも楽しめます。9月からの秋茄子は甘味が増して絶品の



キャベツのとんぺい焼き

愛媛県・みかん大好き母さん

1人分：約545kcal 調理時間：約25分

材料

4人分(2枚)

豚ばら薄切り肉……………	300g	サラダ油……………	適量
キャベツ……………	400g	お好み焼きソース、マヨネーズ、	
卵……………	4個	かつお節、青のり粉……………	各適量
塩、こしょう……………	少々		

- 1 キャベツはためのせん切りにする。豚肉は1cm幅に切る。
- 2 フライパンに油少々を熱して豚肉を入れ、中火でほぐすように炒める。肉の色が変わったら、キャベツを加えて強めの中火で炒め、塩、こしょうをふり、いったん取り出す。
- 3 2のフライパンをさっと洗い、油大さじ1を熱して溶いた卵の半量を流し入れる。中火で菜箸で大きく混ぜながら半熟状になったら2の半量をのせ、2つに折るように包みこんで器に盛る。同様にもう1枚焼く。
- 4 お好み焼きソース、マヨネーズをかけ、かつお節、青のり粉を散らす。



たたききゅうりと ザーサイの中華あえ

岡山県・花びーさん

1人分：約50kcal 調理時間：約5分
(味をなじませる時間除く)

材料 4人分

きゅうり	大2本
大葉	6枚
味付きザーサイ	30g
塩昆布	ひとつまみ
白いりごま	小さじ1
しょう油	小さじ1
きび砂糖	小さじ1/2
ごま油	大さじ1

- きゅうりはすりこぎなどで全体をたたき、食べやすくほぐす。
- 大葉はせん切りにし、ザーサイは粗く刻む。
- ボウルに1と2、残りの材料をすべて入れて混ぜ、30分程おいて味をなじませる。



エスニック 春巻き

京都府・小西宣子さん

1本分：約125kcal 調理時間：約40分

材料 10本分

鶏ささ身	200g
もやし	1袋
ねぎ	1/2本
大葉	20枚
春巻きの皮	10枚
酒	大さじ1
塩	小さじ1/5
タレ	ナンプラー 大さじ2
	レモン汁 大さじ1
	水 大さじ1
揚げ油	適量

- 鶏ささ身は耐熱の器に並べて酒、塩をふって揉み込み、軽くラップをかぶせて電子レンジ(600w)で2分程加熱する。冷めたら、ほぐす。
- たっぷりの熱湯に塩(分量外)を入れ、もやしをひとゆでして、ザルにあげて冷ます。ねぎは白髪ねぎにする。
- 春巻きの皮を広げて、大葉2枚を敷き、1、2を横長に並べて包む。包み終わりを水溶き小麦粉(分量外)で留める。同様に10本作る。
- 揚げ油を中温に熱し、3を入れ、途中裏に返しながら弱めの中火で5分程揚げる。タレの材料を混ぜて添える。



ハクサイの栽培スケジュール

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
たねまき								●	●			
収穫	●										●	

※ 地域や品種によって多少の違いがあります。

イラスト◎かとうともこ
監修◎山崎弘一郎

水はけのよい畑を選び、
たねまき時期を守り、外葉を
大きく育てて結球させます。

中国原産のアブラナ科の野菜で、
生育適温は15〜20℃と冷涼な気候
を好みます。乾燥には比較的強い
ですが、秋の長雨などで畑の排水
が悪いと根腐れを起こしやすくな
るので、高畝にして水はけを良く
しましょう。

たねまき時期は早いと暑さにあっ
て生育不良になり、遅過ぎると結
球に失敗することがあるので、た
ね袋に書いてある品種に対応した
地域ごとの時期を守りましょう。

外葉が15枚以上、気温が15〜16
℃になると結球し始めます。外葉
が多いと大玉になるので、肥料不
足に注意して結球開始までに葉数
を増やしておくことが大切です。

ビギナーの方は、大玉ではなくミ
ニハクサイから始めてみるのもいい
ですね。連作障害があるので、同
じアブラナ科の野菜は2〜3年あ
けてください。

たねまき



深さ1cmの植え穴を掘り、
1カ所4〜5粒の点まきにし、土をかぶせて軽くおさえ、たっぶり水やりします。泥はねや雑草対策などのためにマルチを張ると効果的です。

土づくり

ワンポイントアドバイス

指導：岡本 保
(元JA全農 肥料研究室技術主管)

ハクサイの根は深く広く張ります。深さ1m、幅60cm程度にまで達します。また石灰が不足すると、結球の内側の葉の縁が褐色になり、腐敗したように見える「ふち腐れ症」が発生することがあります(見た目が悪いだけで食べられます)。土をやわらかくし、根張りを良くするために完熟堆肥2kg程度(前作で堆肥類を施用していれば1kg程度)と、ふち腐れ症の予防のために苦土石灰100g程度(石灰類をしばらく施用していない畑では200g程度、前作で施用していれば50g程度、いずれも1㎡あたり)を、たねまきの2週間以上前に散布して、可能な限り深く耕しておきます。

ハクサイの元肥の量は、葉菜類の中ではやや多めです。これは外葉をすくすく育てることで、どっしりと充実した結球が収穫できるからです。スタートダッシュが重要です。元肥は、たねまきの1週間前、化成肥料(1㎡あたり8-8-8なら200g、14-14-14なら100g)を散布し、土に混ぜ込みます。ミニハクサイの場合は、上記の量から3割程度減らしてください。

購入苗の植えつけ

本葉5~8枚の元気の良い苗を選び、植穴を掘ってたっぷり水やりをしてから植えつけます。根が細く切れやすいので、根鉢を崩さないように。土が乾いていたら、さらに水やりしましょう。



発芽・間引き

3~5日で発芽します。



本葉2~3枚で間引いて2本立ちにし、本葉4~5枚で1本立ちにします。



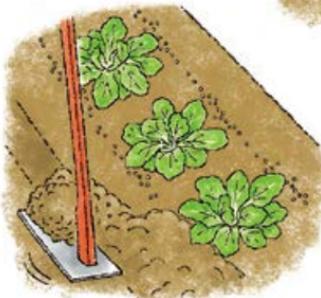
害虫対策



アブラムシやアオムシ、コナガ、ヨトウムシなどがつきやすいので、たねまき直後に防虫ネットや寒冷紗などをトンネルがけて防ぎます(ネットをかける時は土の間にすき間ができないように注意)。結球し始める頃までかけておくと安心です。

追肥・土寄せ

追肥は外葉が畑の全面を覆ってしまう前(たねまきの3~4週間後が目安)に、化成肥料(8-8-8なら50g、14-14-14なら30g、いずれも1㎡あたり)を、株元から15cm程にバラバラとまき、株元に軽く土寄せします。クワで葉を傷つけると病気の発生を助長するので、外葉が茂る前に作業をしてください。ミニハフサイなら、追肥は不要です。



収穫



防寒・貯蔵



結球が完了したら霜や雪で傷まないように外葉を紐などで縛っておくと、寒さに耐えて畑で年越しができます。

葉が十分に育ち、枚数が増えると結球してきます。大玉になり、頭の部分を手で押さえてかたく締まっているようなら、収穫適期です。株元を包丁などで切り取って収穫しましょう。日照や肥料の不足、乾燥、多湿などの影響で結球しない場合があります。結球しなくても食べられるので、トライしてみましょう。



「わが家の菜園」
募集中

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

【材料】4人分

鶏もも肉…… 小4枚 (800g)
塩、こしょう …… 少々
サラダ油…………… 少々
ベビーリーフ …… 適宜

サルサ

トマト (完熟) …… 大2個
たまねぎ…………… 1/6個
生青唐辛子 …… 2~4本分
(お好みの辛さで調整)
パセリ…………… 適量
レモン汁…………… 大さじ1/2
塩…………… 小さじ1
こしょう…………… 少々
オリーブ油…………… 大さじ2

おいしく作る
料理のポイント

パリパリの皮と、ジューシーな鶏肉のおいしさが味わえます。

チキンソテー サルサがけ

料理◎大庭英子 撮影◎榎本修



Point



鶏肉に切れ目を入れることで、焼き縮みを防ぎ、火の通りがよくなります。



鶏肉の皮がフライパンに密着するように平らな鍋蓋をのせて押しつけ、パリパリに焼きあげます。



パリパリした皮の食感を残すため、鶏肉を裏返したら、蓋はしません。

1 鶏肉の下処理

鶏肉は冷蔵庫から出して20分程置き、室温に戻しておく。皮目を下にして横に置き、筋を切るように4～5本、浅く切り込みを入れる。両面に塩、こしょうをふる。

2 サルサを作る

トマトは横半分に切って種とヘタを取り、1cm角に切る。たまねぎとパセリはみじん切りにする。青唐辛子はヘタを切り落として種を取り、粗いみじん切りにする。ポウルに入れ、残りのサルサの材料を加えて混ぜ合わせる。

3 鶏肉を焼く

フライパンに油を熱して1を皮目を下にして入れ、平らな鍋蓋をのせて中火で4～5分焼く。皮に焼き目がついたら裏に返し、蓋をしないで中火で4～5分焼く。器に盛り、ベビーリーフを添え、サルサをかける。

MEMO

サルサはメキシコ料理のソースで、肉や魚のソテーやサラダなどにもよく合います。辛いのが苦手な方は、青唐辛子の量を減らすと辛みが調整できます。

◎1人分：約610kcal 調理時間：約30分
(鶏肉を室温に戻す時間除く)

連載

「食」の
「農」セ
エツ

第68回

中村文則さん

土からイモが

今でもそうだけど、小さい頃は特にひねくれていた。

幼稚園児の時、先生達が園のプールに無数のドジョウを放ち「ドジョウ達が逃げました。みんなで捕まえて！」と言った。要はそういう遊びだった。

園児達は歓声を上げ水に入ったが、でも僕は意味がわからなかった。ドジョウは逃げたのではなく、先生が放ったのだ。なぜそれを自分達が捕まえなければならぬのだろう。だから僕

はその先生のところに行き「先生がドジョウを逃がしたのを僕は見た。だから先生が一人で捕まえるべきだ」と言った。

先生は困惑していたように記憶している。プールでドジョウを追う園児達を、僕は醒めた目で眺めていた。愚か者どもめが、と思っていた。

その後、今度は畑でサツマイモを収穫して食べる、というイベントがあった。事前に園の皆で苗を植えていた。



イラスト：はやしみこ



中村文則

(なかむら ぶみのり)

2002年『銃』で第34回新潮新人賞を受賞してデビュー。2004年『遮光』で第26回野間文芸新人賞、2005年『土の中の子供』で第133回芥川賞、2010年『掏摸(スリ)』で第4回大江健三郎賞を受賞。2014年にアメリカでDavid L. Goodis賞を受賞。2016年『私の消滅』で第26回ドゥマゴ文学賞を受賞。著書は『去年の冬、きみと別れ』(幻冬舎)、『教団X』(集英社)、『列』(講談社)など多数。



『列』
講談社

だが僕は再び意味がわからなくなる。サツマイモならスーパーにある。収穫は仕事の感じがあり、なぜ幼稚園児を働かせるのだと。

だがドジョウのこともあり目をつけられるのが嫌で、不貞腐れながら言われた場所を掘る。でも驚いた。何とどうか、土からイモが出てきたことに、びっくりしたのだった。知識としては当然知っていた。サツマイモは土の中で生まれる。でも実際に見た僕は衝撃を受けた。土からイモが。神秘としか思えない。

それを先生達が薄く輪切りにし、天ぷらにする。僕はそれまで、というか恐らく今までも、あんなに美味しいサツマイモを食べたことがない。

取れたてで新鮮、というのもあっただろうけど、自分が立っている大地から生まれたものを食べる、というか、自分が自然と繋がっている感覚を、僕は漠然と受けたのではないだろうか。その感動が、味にも繋がったのではないだろうか。周囲／世界に背を向けていた僕にとって、世界に感動したのは敗北を

意味した。「うわ、やられた……」という風に。でも大袈裟ではなく、あの敗北は必要なものだった。

今の子供達には、こういう経験はあるのだろうか。わからないけど、経験した方がいい。僕のようにひねくれた子供も、きつと揺さぶられる。

街日本ペンクラブ会員によるリレーエッセイです。バックナンバーはこちら。



味も形も個性的！ 地域色豊かな【なす】

地方品種に目を向けて なすを味わい尽くしましょう

なすの伝来は古く平安時代の頃から食べられ、「一富士二鷹三なすび」や「親の意見となすびの花は千に一つの無駄も無い」などことわざにも多く登場する、日本人にとってなじみ深い野菜です。長い歴史上、各地に在来種が生まれ、地域文化と密接に関わった特徴のあるなすが栽培されてきました。味はもとより形、大きさ、色などバリエーション豊かな個性派ぞろいのなすに注目してみましよう。

イ

インドが原産のなすは、熱帯

性の植物なので高温を好みます。「なす」は、夏にと

れる野菜「夏の実(なつのみ)」から「なすび」になり、「なす」と呼ばれるようになったといわれています。なすに含まれる水分とカリウムは、体の熱を排出してくれるので、夏にびったり。

紫色の皮にはアントシアニン系色素のポリフェノール「ナスニン」が含まれます。赤ワインと同じポリフェノール類の「ナスニン」には抗酸化作用が期

待されます。

日本のなすは、「茄子紺」という色名もあるほどほとんどが紫色ですが、

白、緑、しま模様、形も丸形や長形など、いろいろです。

形状によって大きく分けると丸なす、長なす、卵形なすに分けられます。

丸なすは、東北から北陸、関西で多く作られています。「賀茂なす」(京都府)、「長岡巾着なす」(新潟県)などがあります。皮がやわらかくて肉質がしまっているのが、田楽や揚げ煮に向

きます。果肉のしまりが良い小丸なすの「民田なす」(山形県)などは漬物として食べられてきました。

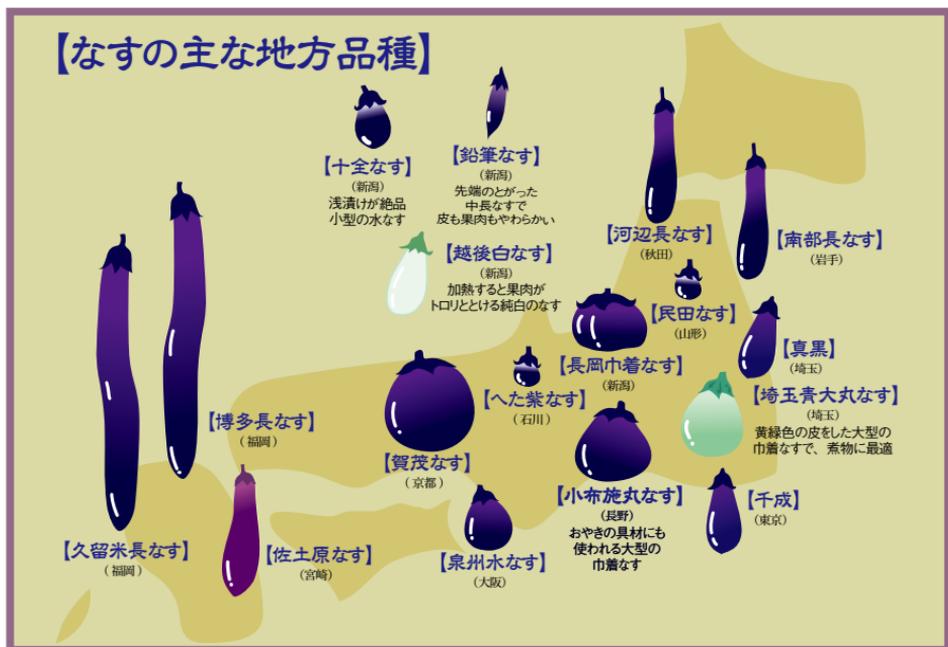
長さ20〜25cmの長なすは、「河辺長」(秋田県)、「南部長」(岩手県)、「佐土原」(宮崎県)などが有名。長さ40〜45cmの大長なすは、「久留米長」(博多長) (いずれも福岡県)など

肉質がやわらかなので焼きなすや炒め物、煮物に向きます。長なすは東北や九州で多く栽培されています。卵形なすは、「真黒」(埼玉県)、

※1 種苗メーカーなどが開発した1代限りの交配種。固定種のように自家採種はできず、種は毎年購入する必要がある。

※2 何世代も種を取り育てるうちに自然に個性が定着されてきた品種。在来種は固定種の一つ。

【なすの主な地方品種】



「ふかしなす」がお盆の辛子じょう油で食べる

す大好き新潟県では、蒸したなすを冷やして

例えば、在来種も多く、消費量日本一のもの

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

それでも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

のF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

現在、日本での栽培・流通の中心は、形や味がそろって育てやすく、たくさん収穫できる、長卵形(中長)なすや長なすのF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

「千成」(東京都)などが代表品種。関東を中心に作られ、皮は黒紫色で薄く、主に浅漬用として使われています。

現在、日本での栽培・流通の中心は、形や味がそろって育てやすく、たくさん収穫できる、長卵形(中長)なすや長なすのF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

それでも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

のF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

現在、日本での栽培・流通の中心は、形や味がそろって育てやすく、たくさん収穫できる、長卵形(中長)なすや長なすのF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

ご購入はこちら



例えば、在来種も多く、消費量日本一のもの

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

それでも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

のF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

現在、日本での栽培・流通の中心は、形や味がそろって育てやすく、たくさん収穫できる、長卵形(中長)なすや長なすのF1品種※₁です。その中でも各地には個性豊かな地方品種(固定種※₂)

が伝えられ、今でも郷土の味として、愛され続けています。

参考:なすのいろいろな種類

<https://www.maff.go.jp/j/kids/agri/nasu/n03.html>





料理◎大庭英子 撮影◎榎本修

コクのあるソースとチーズが
とろけるなすにベストマッチ

丸なすのトマトみそソース焼き

1人分:約420kcal 調理時間:約45分

- 1 トマトはヘタを取って湯むきし、横半分に切って種を取り、1cm角に切る。
- 2 フライパンに油大さじ1/2を熱し、ひき肉を入れてほぐすようにしてよく炒め、色が変わったら酒をふり、1、みそ、こしょうを加えて混ぜ、蓋をして25～30分程煮詰めてソースにする。
- 3 なすはヘタを切り、ヘタの反対側も安定がよくなるように少し切り落として横半分に切る。食べやすいよう包丁の先で皮の内側に深くぐるりと切り込みを入れて、表面から1.5cm幅の格子状に切り込みを入れる。
- 4 フライパンに油大さじ2を熱して3を切り口を下にして入れ、中火で3分程色よく焼いて蓋をして弱火にし、5分程焼く。裏に返して周りから油大さじ2を足し、蓋をして中火で2分程焼いたら弱火にして3分程、なすがやわらかくなるまで焼く。
- 5 オーブントースターの天板に4の切り口を上にして並べ、2をのせてチーズを散らす。オーブントースターでチーズがとろりとするまで焼き、器に盛る。

【材料】4人分

合いびき肉	200g
丸なす	大2個
トマト	大3個(600g)
ピザ用チーズ	適量
酒	大さじ2
みそ	80g
こしょう	少々
オリーブ油	適量



ココポイント

厚みのある丸なすも、水を入れずじっくりフライパンで蒸し焼きにすれば、簡単に調理できます。油と相性がよく、とろける食感が味わえます。

娘の手料理

中学生の娘が、5月号「おいしく作る料理のポイント」のポテトチーズスフレ作りにチャレンジ。美容にうるさい私のために、ブロッコリー入りにアレンジして食卓に出してくれました。家にある材料でこんなにもフワフワでおいしいスフレができて、とても感動しました。パーティーメニューでもいいですね！ 普段勉強に部活にと忙しい娘ですが、以来、時々キッチンに立つてくれるようになり、娘との時間がうれしいです。

5月号の裏表紙に掲載されたらつきよう漬けに、今年初めて挑戦しました。鹿児島では地産地消で、Aコープに1kg入りのらっきょう酢を買って約4kgのらっきょうを漬けました。1kgのらっきょうの薄皮を剥くと850gくらいになり、ガラス瓶にちようど入りました。漬け込んでから3週間くらい経ったので、いよいよ食したいと思

旬のものは健康のもと

います。家族の中にとつきようが大好きな子もいて、その子の笑顔を見るのが楽しみです。旬のものをいただくということは、健康のもとだと

考えています。
(鹿児島県・下酔尾洋子さん)



愛知県・丹羽二三子さん



神奈川県・加藤朋子さん



鳥取県・嶋田幸枝さん



福島県・角田トシ子さん



鹿児島県・迫田恵子さん

大募集!



Apron PLAZA・わが家の味・WEB限定 わが家の菜園

お便り、絵手紙、レシピのご応募をお待ちしています。掲載分には薄謝進呈!

「わが家の味」は、毎月のテーマがあります。

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/うま味を味わうきのご料理 2024年8月9日(金)締切

12月号/年末年始におすすめの前菜 2024年9月10日(火)締切

掲載されたレシピは、エプロンを発行する全農・全農グループ等の広報に使用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

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からもOK



写真はイメージです

今月のプレゼント

抽選で
20名様
に当たる

越の丸茄子

ふるさと探訪で紹介したJAえちご上越の「越の丸茄子1箱(Mサイズ9玉入り)」を20名様にプレゼントします。

応募先

〒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

応募締切

2024.8.20 (火) 当日消印有効

※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。

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。



ApronWEBからの応募はこちら▶

WEBマガジン

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

3年分のバックナンバーやWEB限定コンテンツ(家庭菜園)を掲載中。食材からレシピ検索もできます。



今月の表紙

茄子の花



定期購読

本誌の年間定期購読をご希望の方は、住所・氏名をお書きの上、12カ月(12冊)分の送料として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。

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

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。



みずみずしくて甘い香り みんな大好き！桃の季節真っ盛りです

ふっくらと丸みを帯び、紅色や優美な白、黄色などの果皮で、
桃は見た目も可愛い人気者！

夏の間次々と、いろいろな品種が登場します。

桃の女王ともいわれる「清水白桃」は、
上品な乳白色でとろけるようにやわらかく、華やかな香り。

「黄金桃」は熟すとトロリとした食感になり、マンゴーを思わせるような
黄金色の果肉と味わい。どちらもやわらかめの桃がお好きな方へおすすめです。

甘みが濃厚で食べ応えのある大玉の「川中島白桃」、
甘くて心地よい歯ごたえが魅力の「あかつき」、果肉が緻密な「ゆうぞら」などは、
かための桃が好きな人に食べてほしい品種です。

産地や品種ごとに短い旬が移り変わりますので、おいしさのピークを逃さず、
JAタウンでお好みの桃をご堪能ください。



JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです。



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」です。

- JR大阪駅2Fアトリウム広場(10:00～18:00):2024年8月10日(土)「大阪の夏祭り」
2024年8月31日(土)「京都の夏祭り」
- JR広島駅(11:00～15:00):2024年8月2日(金)・23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。

諸情勢等により、マルシェの開催を中止・変更する場合がございます。 www.minoriminoru.jp/



みのり
みのる
マルシェ

エブロン8月号(No.553)2024年8月1日発行 発行人=澤田洋志 編集人=田久保美由紀

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。

