

# Apron

食と農の情報誌 エプロン

9

2024  
September

ふるさと探訪

## クイーンルージュ

「食」と「農」のエッセイ

生島ヒロシさん

今月のおすすめレシピ

ぶどうのレアチーズケーキ

全農

ふるさと  
探訪

濃い甘みとさわやかな香り

# クイーンルージュ

®  
※





「手をかけて育てたぶどうをぜひ味わってください」と話すJA中野市ぶどう部会の下田真之部会長

長野県は、全国有数のぶどう生産量を誇ります。シャインマスカットや巨峰、ピオーネ、ナガノパープルなど、バラエティに富んだ品種を栽培しています。そんな中、2021年に長野県オリジナルの赤ぶどう「クイーンルージュ®」が期待の新品種としてデビューしました。長野県が誇る人気の三品種「ぶどう三姉妹®」\*にも名を連ねます。主要産地のひとつ「JA中野市を訪ねました。

## 長野県オリジナル品種の期待の赤ぶどう

クイーンルージュは、「シャインマスカット」と細長く赤い粒の「ユニコーン」を交配し、長野県で育成された品種です。糖度20度以上で種がなく、薄い果皮は滑らかで皮ごと食べられます。マスカットのさわやかな香りがあり、甘いのも特長。

クイーンルージュの名前は「女王級の甘さ」と「口紅のような赤を意味します。」「JA中野市で栽培しているぶどうの約7割がシャインマスカット、2割強が種なし巨峰、残りがナガノパープルとクイーンルージュなです。赤ぶどうは栽培が難しく、種なし・皮ごと食べられる品種は全国でも数えるほどしかありません。日照不足だと色がつかず、日に当たりすぎると黒っぽくなるなど着色が安定せず、これまで定着

していませんでした。クイーンルージュの登場で、生産者の期待や生産意欲が高まり、県を挙げて栽培普及に取り組んでいます。導入から5年が経ち、品質も安定し自信をもっておすすめできます」と話す、JA中野市営農部園芸課指導販売係の清水達哉さん。2018年にクイーンルージュを試作導入した際には、JA中野市ぶどう部会員約500人のうち約300人の生産者が名乗りを上げ、栽培を始めました。



撮影◎磯野博正



色づき具合を確認して、丁寧に収穫します

## ふるさと探訪



一面に傘がけされたクイーンルージュが広がります

「最初は試行錯誤の連続でした。非常に甘いという特長はあるけど、香りが伴わなかったり果皮が破れてしまったり。でも、ようやく味安定し、栽培面積も年々増えていくので、この品種の産地化に向けて頑張りたい」と、J・A中野市ぶどう部会部会長の下田貴之さん。ぶどうは7〜15年で成木となるため、また栽培年月が浅く希少なクイーンルージュも、これから徐々

に生産量が増え、将来的には安定出荷が期待されています。

### 繊細なぶどうを 目をかけ手をかけて

ぶどうの生産は、早出しのハウス栽培と露地栽培で行われています。訪れたハウスでは、クイーンルージュが鈴なりに、圧巻の光景です。

「ぶどうはデリケートで、日焼けや雨で果皮が破けたりするのを防ぐために、一房ごとに袋がけをし、さらにポリエチレン製の傘をかけて栽培します。全体の色づき具合と出荷状況を見極めながら、袋と傘を順次外して収穫していきます」と、J・A中野市の清水さん。

ぶどう栽培は年間を通して作業工程が多く、とても手がかります。実がついてからは、一房の長さを整える房切り、種をなくして果粒の肥大を促すジベレリン※

※ 植物性ホルモンの一種



「びっくりするような甘さのクイーンルージュをたくさんの人に広めたい」とJA中野市営農部園芸課の清水達哉さん



粒の表面についた白い粉（ブルーム）が、新鮮な証拠



シャインマスカットや巨峰などとともに、順番に出荷されます



5kg箱に詰めたぶどうを、選果場で最終チェック

## ●JA中野市

【ぶどう】生産概要

生産者：約560人

栽培面積：約350ha

（うちクイーンルージュ13ha）

出荷量：約3700t

（うちクイーンルージュ100t）

主な出荷先：関西、関東、中京

処理、肩の部分と先端を決めて房づくり、摘粒てりゅう、そして袋と傘かけ。他にも、春先には芽かきや枝の誘引、盛夏には摘心（芯止め）、冬には剪定などの作業があります。「日が当たると、ぶどうは色鮮やかになって糖度も上がるので、収穫近くなったら葉がかからないように枝管理が特に大切です」と、下田部会長。手間ひまを惜しまない丁寧な手作業が、おいしいぶどうを作っているのです。「一番苦労するのは、6月後半に行う摘粒作業ですね。一房30〜35粒になるよう、内側に入り込んだ粒を間引きます。外に向いた粒を残してスペースを作ると、大きな丸い粒に仕上がります」と、下田部会長は話します。

収穫は毎朝6〜8時頃に行い、作業場に運んで選別と箱詰め・パック詰め作業をし、JA中野市選果場に運びます。JA中野市

では、一房の重さで2〜4Lの規格に選別して出荷しています。

クイーンルージュの本格的な出荷（露地）は9月下旬〜10月までです。長野県自慢の新品種のため、苗木の購入・栽培は登録制とし、「クイーンルージュ」の名前を商標登録して、県内でのみ栽培を許可して保護しています。

また、長野県で人気の3品種、黒い「ナガノパール」、緑の「シャインマスカット」、赤の「クイーンルージュ」を甘い・種なし・皮ごと食べられる「ぶどう三姉妹」と銘打ち、シリーズ化しました。3品種が出そろう9月下旬に、果実専門店やJAタウンで販売しています。ぜひお楽しみください。

（取材：2023年9月中旬）

▼購入はこちら



# 食欲増進! ピリ辛メニュー

読者からの応募料理  
わが家の味!



## 焼きなすのエスニック風

神奈川県・あずさん

1人分：約235kcal 調理時間：約30分

### 材料 4人分

なす	8本	A	ナンプラー	大さじ2
鶏ひき肉	240g		レモン汁	大さじ2.5
たまねぎ	1/2個		砂糖	小さじ2
パクチー	適量		赤唐辛子	2本
ピーナッツ(無塩)	適量		おろしにんにく	小さじ1弱
オリーブ油	小さじ1		オリーブ油	大さじ1

- 1 赤唐辛子は種を取り除いて10分程水に浸して戻し、粗みじん切りにする。ボウルに入れて、Aのその他の材料と合わせておく。
- 2 焼きなすを作る。なすはガクの周囲に切り込みを入れ、竹串で7~8カ所穴を開けて、魚焼きグリルかトースターの強火で周囲が焦げるまで焼く。粗熱がとれたら皮をむいてヘタを落とし、食べやすい大きさに裂く。
- 3 たまねぎは薄切りにして10分程水にさらし、水気をきる。パクチーは葉をざく切りにし、莖を1cm長さに切る。ピーナッツはポリ袋に入れてすりこぎなどで砕く。
- 4 フライパンに油を中火で熱し、ひき肉を入れてパラパラに炒めたら1のボウルに入れて、たまねぎとパクチーの莖をさらに加えて混ぜる。
- 5 焼きなすを器に盛り付けて4を上からかけ、パクチーの葉とピーナッツをトッピングする。



## ささ身とオクラと 紫たまねぎのマリネ

大阪府・えもんさん

1人分：約140kcal 調理時間：約25分

- 1 紫たまねぎは薄切りにして10分程水にさらし、水気をきる。オクラはヘタの先を切りガクをぐるりとむく。
- 2 ボウルにAを合わせてマリネ液を作る。
- 3 鍋にたっぷりの湯を沸かして塩少々(分量外)を入れ、中火でオクラを色よくゆでて冷水に取り、斜めに3等分に切る。
- 4 同じ湯にささ身を入れて弱火にし、5分程静かにゆでて取り出す。粗熱が取れたら筋を取って食べやすい大きさに裂き、マリネ液に入れて冷ます。
- 5 4に紫たまねぎとオクラを加えて和え、器に盛る。

### 材料 4人分

ささ身	4本
オクラ	6本
紫たまねぎ	1/2個
A 粒マスタード	大さじ1強
白ワインビネガー	大さじ1
砂糖	小さじ1
塩	小さじ1/2
黒こしょう(粗びき)	小さじ1/4
オリーブ油	大さじ2



## ししとうの ピリ辛おにぎり

高知県・ミドリさん

1人分：約470kcal 調理時間：約20分

- 1 ししとうはヘタを取り除いて種ごと粗みじん切りにし、赤唐辛子は種を除いて小口切りにする。
- 2 フライパンに油を中火で熱して1を入れて3分程炒め、ちりめんじゃこAを加えて水分がなくなるまで炒める。
- 3 熱いご飯に2を加えて混ぜ、手に少量のごま油(分量外)をつけておにぎりを8個作る。お好みでごまと七味唐辛子をトッピングする。

### 材料 4人分(8個)

ししとう	100g(約20本)
ちりめんじゃこ	30g
赤唐辛子	2本
ごま油	小さじ2
温かいご飯	茶碗に軽く8杯(3合分)
白いりごま	適宜
七味唐辛子	適宜
A 酒	大さじ1/2
みりん	大さじ1
しょう油	大さじ1

# わくわく菜園づくり

## ルッコラ

イラスト◎かとうともこ  
監修◎山崎弘一郎

### ルッコラ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。

栽培期間が短く、初心者にも育てやすいハーブ。秋まきが害虫被害が少なくおすすめです。地中海沿岸産のアブラナ科の一年草。ゴマのような風味とピリツとした辛味が特長のハーブです。30〜50日程で収穫できるうえ寒さに強いので、日にちをずらしてたねまきすれば長期間収穫できます。春まきと秋まきで楽しめますが、害虫被害の少ない秋まきがおすすめ。過湿に弱く、また乾燥し過ぎると葉が硬くなり辛味が増すので、土の状態をみて表面が乾いたら水やりを。一日中日差しの強い場所より半日陰の方が、茎葉がやわらかく風味が良くなります。プランター栽培では位置をずらしたり、寒紗などで日よけをするのが良いでしょう。また、収穫を続けていくうちに花芽が育ってきます。とう立ちすると茎や葉が硬くなるので、花芽はすぐに摘み取りましょう。連作障害があるので同じ畑は1〜2年あけてください。

## たねまき

支柱などを使って深さ1cmのま溝を作り、たねが重ならないようにすじまきにします。薄く土をかぶせて軽く押さえ、たっぷり水やりしましょう。たねまき後すぐに防虫ネットをかけましょう。

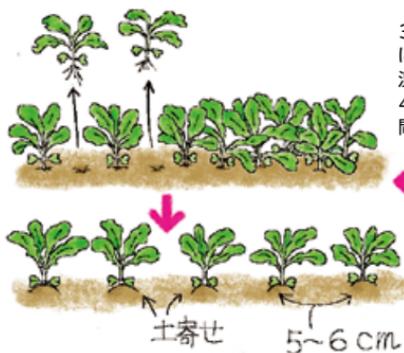


## 土づくり

### ワンポイントアドバイス

指導：岡本 保  
(元JA全農 肥料研究室技術主管)

ルッコラはカルシウムの含有量がとても豊富な葉菜です。栽培する土にもカルシウムを補ってください。たねまきの2週間以上前に1㎡あたり苦土石灰100g(前作で施用していれば50gに減量)を散布し、同時に完熟堆肥1kg(前作で施用していれば不要)も散布し、根が深く張れるように深く耕してください。元肥はたねまきの1週間前に、1㎡あたり化成肥料(8-8-8なら150g、14-14-14なら80g程度)を散布し、土に混ぜ込みます。



3~7日で発芽します。本葉が2~3枚になったら株間2~3cmになるよう混みあっている所を間引きます。本葉4~5枚で株間5~6cmになるよう間引き、株元に土寄せをしましょう。

## 発芽・間引き



## 追肥

葉を切り取りながら収穫を続けて生育期間が長くなる場合には、市販の液肥(6-10-5など)を500倍程度に薄めて、ジョウロで株の上からかけてください。生育をよく観察して、葉の色が淡くなったり、葉の伸びが弱くなったなど感じた時に、遅れないように追肥するのがコツです。株ごと抜き取って1回で収穫する場合には、通常は追肥不要です。



間引き菜はベビーリーフとして楽しめるよ!

サラダやおひたしに



## 摘蕾



春まきの場合や、外側の葉から長く収穫を楽しむ場合には、花芽が育つと立ちすくることがあります。花が咲くと葉が硬くなるので、花芽が出たらすぐに摘み取ります(摘蕾)。摘み取った蕾も食べられますよ。

## 収穫



草丈が10~15cmになったら必要なだけハサミで外側の葉から切り取ると、次々と葉が出てきて長く楽しめます。草丈20~25cmになったら株ごと、引き抜くハサミで収穫します。収穫が遅れると辛味や苦味が増し、葉が硬くなってしまいますので注意しましょう。



「わが家の菜園」  
募集中

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

【材料】4人分

木綿豆腐	.....	2丁	A	だし汁	.....	380ml
なす	.....	2本		酒	.....	大さじ2
かぼちゃ	.....	120g		みりん	.....	大さじ3
ししとう	.....	8本		しょう油	.....	大さじ2.5
大根	.....	5cm				
しょうが	.....	1片				
片栗粉	.....	適量				
揚げ油	.....	適量				

おいしく作る  
料理のポイント

カリっとした衣にだしがしみて、極上の味わいです。

# 揚げだし豆腐



料理◎太田晶子 撮影◎武井優美

## Point



豆腐を水切りする時は、豆腐の上に平らなパットやまな板などを乗せ、その上に重石を置きます。



豆腐にまんべんなく片栗粉をつけます。粉をつけたらすぐに揚げましょう。



油に入れたらあまり触らないようにしましょう。ピチピチとした音がして周りがカリッとしてきたら揚げあがりの合図です。

## 1 豆腐の水切りをする

豆腐をペーパータオルに包んでパットの上に置く。お皿などを重石にして10分程水切りし、1丁を4等分に切る。

## 2 下ごしらえをする

なすはヘタを落として縦半分になり、皮に3mm間隔で切り込みを入れる。かぼちゃは1cm厚さのくし形切り、ししとうはヘタの先を切り、破裂しないよう包丁の刃先で切り込みを入れる。大根は皮をむいてすりおろしてザルに入れて水切りし、しょうがもすりおろす。

## 3 かけだしを作る

Aを鍋に合わせて中火にかけ、ひと煮立ちさせて火を止める。

## 4 揚げる

揚げ油を160℃に熱してかぼちゃを入れ、竹串がスッと通ったら取り出し、170℃にしてなすとししとうを色よく揚げ取り出す。豆腐に片栗粉をつけて余分な粉を落とし、170℃の揚げ油に入れ薄く色づいたら上下を返して同様に揚げ、油をきる。

## 5 仕上げ

豆腐と野菜を器に盛り付けて、かけだしを注ぎ、大根おろしとおろししょうがを添える。

### MEMO

暑い時季は、冷やして食べてもおいしいです。つゆは食べる直前にかけてみましょう。

◎1人分：約320kcal 調理時間：約35分

連載

「食」の  
「農」の  
「エッセイ」

第69回

生島ヒロシさん

# 「国消国産」が日本を救う！

イラスト：はやしみこ

私の生まれた実家は、宮城県気仙沼市で「伊勢浜食堂」という名前の大衆食堂を営んでいました。

当時の気仙沼は漁港として栄え、日本全国から船乗りや漁師が集まり、活況を呈していました。一番人気はカツ丼。

屈強な海の男たちですから、食欲はもちろん旺盛で、ご飯の大盛りをペロリと平らげ、お腹いっぱいいの彼らは笑顔で船に乗り、元気に漁へ出かけて行った姿を今でも鮮明に思い出します。

「大きくなったら、漁師さんたちのように、ご飯をいっぱい食べて元気な大

人になりたい！」。

ライスパワーの効果!? その夢はかない、若い時は単身、アメリカへの武者修行を経験し、73歳になった今でもTBSラジオの平日月々金曜日の午前5時〜6時30分の「生島ヒロシのおはよう定食・一直線」のパーソナリティをつとめています。

番組は「聴くスポーツ新聞」をキャッチフレーズに1998年4月6日に放送スタート。お陰様で、遅刻したことはありますが、休みなしで26年目に突入！ 充実した日々を送っています。

私はアメリカでの生活で、日本のお





### 生島ヒロシ

(いくしま ひろし)

1950年宮城県気仙沼市生まれ。1971年単身渡米し、1975年カリフォルニア州立大学ロングビーチ校ジャーナリズム科卒業。1976年TBS入社、ラジオ番組を振出しに、アナウンサーとして活躍。1989年独立。現在、TBSラジオ系『生島ヒロシのおはよう定食・一直線』等の番組出演、CM出演、講演など多方面で活躍中。



『日本経済 本当はどうなってる?』

岩本さゆみ共著  
青春出版社

米がいかに優れたもの、かつ元気の源になるかを痛感しました。

掛け値なしに日本のお米、畜産物は世界一です！

その世界に冠たる日本の食文化・彩り豊かな食卓の素晴らしさを今一度、再認識し、子孫に伝えることが我々高齢者の責務だと思います。

ところが、残念なことに現在の日本の食料自給率は低下し、40%を切っていると聞きます。

すなわち食料の約6割を輸入に頼っているということ、この数字は先進

国の中で最低の水準。

我が国の農業生産基盤の弱体化は、目を覆うばかりです。

もし今後、日本の農家の減少が続き、

一方、戦争やコロナのようなものが原因で海外からの輸入が制限されたら、どうすればいいのか？

機械や工業製品と異なり、農畜産物

はすぐに生産を増やすということは一朝一夕には出来ません。考えたくない、恐ろしい話ですが先祖や先人が育み、

今に伝える日本の食文化が崩壊の危機に瀕していることは間違いありません。

ロシア・ウクライナ戦争の影響で小麦の値段が上がり、食料品はもとより全ての物価が上昇し、国民の生活を脅かしています。

今こそ、原点に立ち戻り日本人が必

要として消費するお米・食料を日本国内でまかなうべくアクションを起こしましょう！！

「国産国産」こそ、我が国の根幹、一丁目一番地と考えます。

(社)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。



電子レンジで炊きたてに【パックごはん】

# 24年間で生産量約4倍！

# パックごはんの保存性とおいしさを探る

温かいごはんをすぐに食べられる便利なパックごはん。

災害やコロナ禍を機に、非常食や常備食としても広まりました。

近年では、ブランド米や玄米、雑穀米など、多様なニーズに対応した商品が続々。

「農協ごはん」などを製造・販売するJ A 全農ラドファ株式会社で、パックごはんができるまで取材しました。

## パ

ックごはんは、ごはんを容器に入れて加圧・加熱して殺菌したレトルト米飯<sup>べいはん</sup>と、殺菌した米を炊飯した後に無菌室で包装した無菌包装米飯に分けられます。

J A 全農ラドファ(株)は、1993年の創業以来、一貫して無菌包装米飯を製造。飲食店などで、開店からごはんが炊き上がるまでや、閉店近い時間にごはんを余らせないよう使われるなど、長時間労働やフードロス対策

として近年業務用の需要も高まっているそうです。また、同社は全国20産地以上からの受注品も手掛けています。最新の炊飯製造ラインは、細かい火加減や炊飯時間の調整もお手の物。銘柄や好みに合わせた炊き方はブランド米の産地にも好評です。西日本の産地では、粒感のはっきりしたかた

めのごはんが人気なのだとか。

パックごはんの製造工程は、H A C C P \*認定の厳格な品質管理の下で



作られています。原料米はH A C C P 認定の精米工場から毎日配送。しっかり米ぬかを取り除き、水に浸しま

※ 原材料の入荷から製品の出荷に至る全工程で製品の安全性を確保しようとする国際的な衛生管理手法

す。発芽玄米の場合は、工場内で1日水に浸し発芽させて炊飯へ。鮮度を追求した独自製法です。

炊飯は、約7kgのお米が入る大釜が98個並ぶ自動炊飯機を使い、ガスによる直火炊きでじっくりと。約25分火にかけて、約30分かけて蒸らします。手間はかかりますが、つやがありふっくらした炊きたてのおいしさは格別です。

そのおいしさをそのままパックするために無菌包装室へ。ここは、1年もの長期保存を可能にするため、わず



白米4種類、発芽玄米3種類、業務用の8商品を販売しています

かな空気の流れも許さない厳しい衛生管理がされています。空気の清浄度はなんと手術室と同レベル！当然、従業員も入室する際は専用の作業着に2回着替え、目以外の全身を覆い、万全の態勢で作業をします。もちろん日頃から気をつけていることもたくさんあり、納豆や生の貝類は食べません。特に菌の繁殖力が強い納豆は厳禁で、作業員だけでなく、工場の全従業員が守っているそう。

無菌包装室で業界唯一のシャリ切り機械によってほぐされ、余分な水分を飛ばし、食感の良い粒立ちごはんになると、PH調整剤や合成保存料などは使わずに酸化を防ぐため、窒素ガスをを入れてパック詰めします。そうして無菌包装室を出て、X線などの最終チェックを行い、包装・箱詰めして出荷されます。同工場は1日に約4万個を製造し、年間約1620万個を生産する能力があります。イギリスやシ

ンガポールなどへ輸出拡大も見込まれるため、さらなる生産拡大に取り組んでいます。

人気は看板商品の「農協ごはん」のほかどんな料理にも合わせやすい食べやすさが魅力の「ひとめぼれ」、玄米食専用品種でパサつきが少なくモチモチ食感の「金のいぶき」など。ご飯を炊き忘れた！ ちょうどだけごはんが足りない！ など、家庭にありがちなシーンも、電子レンジや湯煎ですぐ食べられるパックごはんがあれば安心。おにぎりや炒飯などアレンジもOK！ 温かい食事で心もおなかもパツと満たせる、お手軽パックごはんはいかがですか。

▼パックごはんのアレンジレシピ  
JA全農米穀部 公式X  
お米に関するさまざまな情報を発信。レシピや豆知識などが満載です。



▶ご購入はこちら  
JAタウン







料理◎大森いく子 撮影◎黒部徹

ほんのりとぶどう色に色づけた

上品なケーキです

## ぶどうのレアチーズケーキ

1/6カット分：約300kcal 調理時間：約60分（冷蔵庫で冷やす時間除く）

**1** ぶどうシロップを作る。鍋にぶどう250g、グラニュー糖大さじ3、水1/2カップを入れて中火にかける。沸騰してぶどうの皮がはじけたら、火を止めてぶどうを取り出して皮をむく（後でシロップ漬けにする）。皮を鍋に戻し入れて弱めの中火にかけて5分程煮出し、皮を取り除いてしっかり冷ます。

**2** 型にバター（分量外）を薄く塗る。ポリ袋の中でビスケットを細かく砕いてバターを入れ、指先で全体に混ぜ込み、型に入れる。ガラスの底などで押しつけて平らに敷きこみ、冷蔵庫に入れる。

**3** 室温に戻したクリームチーズをボウルに入れ、泡立て器でよくすり混ぜてからグラニュー糖大さじ3を加えてよく混ぜ合わせる。**1**のぶどうシロップ大さじ5を、大さじ1ずつ入れて混ぜ、最後にレモン果汁を加える。

**4** **1**の皮をむいたぶどうは、残りのぶどうシロップに30分くらい浸してシロップ漬けにする。

**5** ゼラチンを水大さじ2でふやかしてから、電子レンジ（600w）に20秒かけて溶かし、**3**に加えて手早く混ぜる。

**6** 別のボウルに生クリーム、グラニュー糖大さじ1を入れて泡立て、ふんわりとゆるい筋が残るくらいになったら、**5**に加えて手早く混ぜ合わせ、**2**の型に流し、冷蔵庫に入れて冷やし固める（90分以上）。

**7** 温めた布巾で**6**の型の外側を包み、型抜きしやすくしてからそっと型から外す。生のぶどうを半分に取り、**4**とともに飾る。

**【材料】15cmケーキ型（底が抜けるもの）1台分**

ぶどう（巨峰）…………… [シロップ用]250g  
…………… [飾り用] 適宜（約15粒）  
バタービスケット（市販）……………60g  
クリームチーズ…………… 150g  
生クリーム…………… 150ml  
レモン果汁…………… 小さじ1  
粉ゼラチン…………… 5g  
グラニュー糖…………… 大さじ7  
バター（食塩不使用）……………20g  
水……………適量



### ココがポイント

ぶどうシロップを作って色づけしました。  
シロップ漬けのぶどうはヨーグルトなどに添えても楽しめます。

## 手間ひまかけた野菜

エプロン6月号ふるさと探訪を読んで、どんな野菜も手間ひまかけて育ち、私たちの食卓へと上がりますが、にらもこんなに手がかるのだと驚きました。これからもっとおいしくなる時季です。スタミナをつけて夏を乗り切りたいです。無農薬で田んぼをしている父を思い出しながら、夕食ににら玉を作りました。  
(新潟県・NINさん)



神奈川県・後藤真由美さん

## 高校生の夢を応援

エプロン6月号の「全農学生『酪農の夢』コンクール」の記事で、牧場主を目指す高校生が紹介されていて、興味を持ちました。牛のエサ代の高騰という問題に対し、休耕田で飼料米を生産し、畜産堆肥

をその肥料にしたいという考えが本当にすごいなあと、思い、尊敬のまなざしで読んでいました。私も一消費者として、そういった循環型の酪農の取り組みを知って、選んでいけるようになりたいと思います。  
(大阪府・まこちゃん)



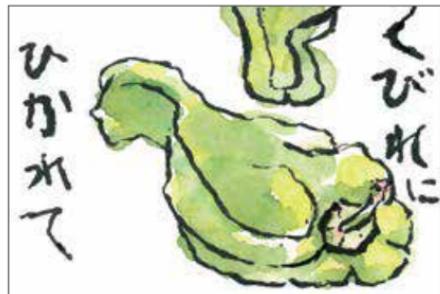
福島県・早田良子さん



京都府・伊地智正子さん



広島県・老田小夜子さん



愛知県・三輪里美さん

# INFORMATION

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。

12月号/年末年始におすすめの前菜 2024年9月10日(火)締切

1月号/おかゆ・雑炊・リゾット 2024年10月10日(木)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



## 今月のプレゼント

抽選で  
20名様に  
当たる



写真はイメージです

## クイーンルージュ

ふるさと探訪で紹介したJA中野市の「クイーンルージュ(1房)」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

2024.9.20(金)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

ルッコラの花



### 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。



## シャリ感とあふれ出す果汁に広がる甘さ のどを潤す、みずみずしい味わいが魅力です

ロングセラーの幸水、豊水のほか、大玉の新高やにっこり、  
晩生の王秋や新眞、甘みが強い南水や新甘泉、あきづきなど、  
JAタウンは、長く人気のある定番から注目の新品種まで、

多彩な和梨をご用意しています。

彩玉(埼玉県)、加賀しずく(石川県)、恵水(茨城県)、  
新美月・新王(ともに新潟県)、秋泉(秋田県)などの県オリジナル品種も  
勢ぞろい。今から晩秋まで、食べ比べながら長くお楽しみいただけます。

「梨尻柿頭」といわれますが、梨はお尻の部分と皮の近くが甘く、  
芯の周りはゴリッとして酸っぱいので、皮は薄くむき、  
芯の部分は大きく切り取ると、おいしく食べられます。



JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです。



みのり  
みのる  
マルシェ

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広島駅(11:00~15:00):2024年9月6日(金)・20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.minorimino.jp/](http://www.minorimino.jp/)

エブロン9月号(No.554)2024年9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](http://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。

