

Apron

食と農の情報誌 エプロン

12

2024
December

ふるさと探訪

サロマ和牛



「食」と「農」のエッセイ

島田雅彦さん

今月のおすすめレシピ

関東風のすき焼き

全農

ZEN-NOH

ふるさと
探訪

世界も認める安全・安心なおいしさ

サロマ和牛

®
※





「牧場の全スタッフが愛情を注いでつくり上げた心のごもった和牛です。ぜひご賞味ください」と、トップファームグループの井上茂幸社長(右)と井上和明副社長(左)

北海道で牛というと酪農を思い浮かべますが、実は肉用牛の飼養頭数も日本一。30を超えるブランド牛が揃います。「サロマ和牛」は、肉牛生産と酪農を手がけるトップファームグループ^{※1}が生産する黒毛和種のブランド。赤身のうまみと霜降りとの脂とのバランスの良さに定評がある牛肉は、安全・安心を目に見える形にし、SDGsにも配慮した、牛が快適に暮らす牧場から生まれています。

独自の管理システムで トレーサビリティは万全

北海道東部のサロマ湖に面し

た佐呂間町に、約400ヘクタール^{※2}もの広大な

敷地で肉用牛と乳牛を合わせて約1万4000頭飼養するトップファームグループの牧場があります。黒毛和種は28カ月齢(約850kg)で出荷され



撮影◎磯野博正

- ※1 株式会社トップファームを本場にパンフィックファーム株式会社、サロマ肥育センター株式会社、株式会社オックスから成る牧場グループ
- ※2 牛舎等:約50ヘクタール、牧草・デントコーン畑:約350ヘクタール
- ※3 農場にHACCP(Hazard Analysis Critical Control Point)の考え方を取り入れ、畜産物の安全性確保と生産性向上のために、農場ごとに衛生管理プログラム等を設定して適切な飼養管理を行う手法
- ※4 Japan Good Agricultural Practices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り組み農場に与えられる認証

ます。和牛生産では繁殖と肥育の分業が一般的ですが、同社は「子牛から成牛まで同じ牧場」という一貫生産に取り組んでいます。哺育から出荷までグループ内で行うことで、より品質に責任を持つて出荷できるからです。

安全・安心を目に見る形にするために徹底した衛生管理等を行い、肉用牛で第一号となる農場HACCP^{※3}とJGAP^{※4}を取得。「農場HACCPはスタッフの教

育とプロ意識の向上のため、JGAPは東京オリンピックでサロマ和牛を提供する際の条件であったことから取得を目指しました」と話すのは、トップファームグループの井上茂幸社長。認証取得の過程で生まれたのが、耳標^{じぶらう}の個体識別番号とは別に、すべての牛のデータを一元管理する独自の「牛生体管理システム」。血統、体重の推移、与えられたエサや治療内容まで記録し、月齢によって牛舎を



ふるさと探訪

エサでおいしいさを追求 最新の堆肥化装置で環境 対策も

移動しても履歴を見ながら健康管理ができます。哺育から出荷までのトレーサビリティは万全です。

丘の斜面に沿って80棟以上の牛舎が並びますが、静かで臭いも気になりません。

「牧場の主役は牛。従業員全員が『牛さん』と呼んでいます。牛さんが快適に暮らせる環境をつくれれば、ちゃんと応えてくれます」と話す、茂幸社長。アニマルウェルフェア^{※5}に配慮して、同社では牛1頭当たりの面積を国の指針の2倍で確保。自由に動き回れる牛舎には、自動換気システムや防寒設備も

整っています。

エサは牧草や稲わらなどの粗飼料のほか、発酵飼料を与えています。サトウキビのバガス(搾りかす)やパイナップルを乳酸発酵させた独自開発の発酵飼料は甘い香り。エサに加えることで、赤身のうまみがアップすると言います。

「おいしい牛肉という霜降りが重視されますが、うちでは赤身と脂のバランスが大事だと思っています。それと加熱によって生じる和牛香^{わぎょうかう}。この3点が調和するおいしさを追求しています」と話すのは、弟の井上和明副社長。牛の成長に合わせて発酵飼料や配合飼料の割合を調整し、給与していきます。

牛舎から出る糞尿は堆肥にして、自社生産する牧草とデントコーンの畑に利用する循環型農業を実践。全国でも珍しいERS(急速発酵乾燥資源化装置)を3台導入しています。

(上)人工哺乳 (中)群飼いの子牛舎
(下)300頭以上いる16カ月齢の牛舎では10トンのミキサ車で給餌

※5 快適性に配慮した家畜の飼養管理



飼料は、肉質を良くするため配合を工夫します



牛舎の周りには広大な飼料畑が広がります



プラスチックを燃やしても有害物質が出ない特別仕様のボイラーで堆肥化も環境に配慮



この牧場生まれの子牛は生後3日~3ヵ月齢まで個別哺育されます

購入はこちら▶



●トップファームグループ

【サロマ和牛】取扱概況

飼養頭数：13000頭(黒毛和種・交雑牛)、
1000頭(乳牛)

出荷頭数：年間約4800頭

主な出荷先：JA全農ミートフーズ(株)

「有用菌を死滅させずに発酵・乾燥させ堆肥にする大型の処理装置です。通常3ヵ月かかるところ4~6時間で完成します。燃料にはプラスチック廃材を使い、環境に配慮しています」と、茂幸社長は胸を張ります。この堆肥を牛舎の寝床に敷く敷料にも活用。「本来敷料として使っていたおが粉(木材の粉)の使用量が減るので、木を切らないことにもつながります」と、和明副社長も言葉を添えます。

今ではEU、ドバイ、台湾などへ輸出もしています。「味だけでなく、安全・安心を目に見える形にした管理体制やSDGsへの取り組みも牛肉の評価に繋がると感じています」と、茂幸社長。輸出先をもっと増やし、牛肉を通して日本や北海道の素晴らしさを伝えていきたいと、その視線は世界を見据えます。

牛舎に人の姿を見つけると、穏やかなまなざしで近寄る牛たち。「肉牛に生まれたからには幸せに育ち、おいしい牛肉となつてもらいたい。それが家畜に対する敬意だと思つのです。手塩にかけた牛肉を安心して食べていただきたいですね」。茂幸社長の言葉には「家畜の命が糧」となる人の営みへの責任と、安全な牛肉を届けたい思いがあふれます。命への感謝を忘れずおいしく味わいたいですね。
(取材：2024年8月上旬)

年末年始におすすめの前菜

読者からの応募料理
わが家の味!



キャベツと塩鮭のデビルドエッグ

兵庫県・みなとさん

1個分：約60kcal 調理時間：約30分

材料
4人分
(8個)

卵 4個
塩鮭 1/4切れ
キャベツ 2枚

A [プレーンヨーグルト(無糖)
..... 大さじ4
マヨネーズ 小さじ2
粉チーズ 小さじ1
レモン汁 小さじ1
塩、こしょう 各少々

刻みパセリ…適量

- 1 卵は硬めにゆでて冷水にとって冷まし、殻をむいて縦半分になり、黄身と白身を分ける。
- 2 塩鮭は焼いて皮、骨を取り、細かくほぐす。
- 3 キャベツは塩少々(分量外)を入れた熱湯でゆでて冷水にとって冷まし、水気をふいて1cm角に切り、さらに水気を絞る。
- 4 ボウルにAを入れてよく混ぜ合わせる。1の黄身、2、3を入れて和える。
- 5 1の白身のくぼみに4を詰めて盛り、パセリを散らす。



さつまいもと豆腐の フムス風

岡山県・花びーさん

1人分：約305kcal（パンは含まず）
調理時間：約35分

材料 4人分

さつまいも	……………	正味340g
木綿豆腐	……………	200g
A おろしにんにく	……………	小さじ1/2～1
練りごま	……………	小さじ2
レモン汁	……………	小さじ2
カレー粉	……………	小さじ2
塩	……………	小さじ1/2
こしょう	……………	少々
オリーブ油	……………	大さじ2
オリーブ油	……………	大さじ2～3
パプリカパウダー、パセリ(乾燥)	……………	各適量
フランスパン	……………	適宜

- さつまいもは皮をむいてひと口大に切って水にさらし、鍋に入れてひたひたの水を加えて中火にかける。煮立ってきたら、蓋をして弱火で12～15分ほど、やわらかくなるまでゆで、ゆで汁をきって鍋の余熱の中で混ぜて潰す。
- 1に豆腐を潰しながら入れて滑らかになるまで混ぜ、Aを加えてよく混ぜる。
- 器に2を盛って浅くへこませ、油をかけ、パプリカパウダー、パセリをふる。好みでトーストしたパンを添える。



大根ロール2種

(生ハム・スモークサーモン)

京都府・小倉あんなさん

1個分(生ハム)：約15kcal
1個分(スモークサーモン)：約40kcal
調理時間：約25分

材料 4人分(16個)

大根(太め)	……………	8～10cm
生ハム	……………	8枚
バジル	……………	8枚
スモークサーモン	……………	小8枚
クリームチーズ	……………	約50g
塩	……………	適量

- 大根は皮をむいてスライサーで薄い輪切りにし、ボウルに入れて塩をふり、しんなりしたら、水気を絞ってキッチンペーパーで水気をふく。
- クリームチーズは8mm角の棒状に切る。
- 2種類の大根ロールを8個ずつ作る。大根2枚を少し重なり合うように縦に並べ、生ハム、バジルを置いて手前から巻き込む。これを芯にしてさらに大根を3枚ほど巻く(1個につき大根を5枚ほど使う)。
- 同様に、大根2枚を縦に並べ、スモークサーモンを置いて、手前に2のクリームチーズを乗せ巻き込む。これを芯にしてさらに大根を3枚ほど巻く。

わくわく菜園づくり ベランダ菜園

イラスト◎かとうともこ
監修◎山崎弘一郎



畑がなくてもベランダで
手軽に野菜づくりを
楽しんでみませんか？

野菜づくりにチャレンジしたいけど、広い庭や畑もないし、どんな野菜を作ったらいいのかも分からない、という人におすすめるのがベランダ菜園です。プランターを使えばほとんどの野菜を育てられるので、気軽に家庭菜園を始めることができます。また、家庭菜園の初心者にとっていきなり畑で栽培するのは難しいので、入門編としてベランダ菜園を経験しておくのもいいですね。

今回はベランダ菜園を始めたい人に、野菜に合ったプランターを選び方や栽培に最低限必要なもの、プランターの置き場所、水やりの仕方など、ベランダ菜園の基本を紹介します。ポイントを押さえて作りやすい野菜や好きな野菜からひとつずつ成功させていきましょう。収穫の喜びを体験すると、野菜の栽培がどんどん楽しくなりますよ。

プランターの選び方

野菜の種類や大きさに合わせたサイズを選びましょう。

主な野菜とサイズの目安

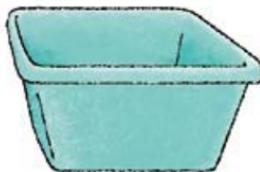


トマト(中玉・ミニ)、ナス、ピーマンなど果菜類
丸型や正方形、長方形の型で直径、深さともに30cm以上のもので、例えばトマトを2株植える場合は、横幅60~70cm位のものを用意する。



コマツナ、ホウレンソウなどの葉物類、ハーブ類

一般的な長方形の型で深さ25cm位のもの。



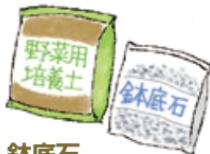
ニンジン(三寸・ミニ)、サヤエンドウなど豆類
ニンジンは根が伸び、豆類は蔓を誘引できるように支柱を立てたりするので深さ30cm以上の大型(深型)のもの。

※プランターの素材はプラスチックやテラコッタ、再生紙使用、木製などいろいろあります。
※白ネギやダイコン、ゴボウなど土の中で深く成長する野菜はプランター栽培に不向きです。

用意するもの

野菜用培養土

野菜の栽培に適した土がブレンドされたもの。「元肥入り」などあらかじめ肥料が含まれている培養土もあります。野菜の成長に合わせて追肥が必要になります。



鉢底石

通気性や排水性を良くするために入れます。



支柱

草丈が高くなるものや蔓性で伸びるものに使います。葉物野菜などには必要ありません。



大きくなーれ



置き場所

できるだけ長い時間、日が当たる場所を選びましょう。ただし、夏場は強い日差しを避け、日除けをするなど対策が必要です。地面からの輻射熱を防ぐためにスタンドやレンガの上に置くなど効果的です。エアコンの室外機の近くは熱風が当たるので避けてください。また、マンションのベランダでは避難口など共用部に置かない、土や枯れ葉などが排水溝につまらないようにする、下の階のベランダを汚さないようにするなどの注意が必要です。

水やり

下から染み出るまでたっぷり水やりしよう



土の量が限られているので、乾燥で水切れを起こさないように、定期的な水やりをします。基本的に、水やりの時間帯は午前中、真夏は朝か夕方、場合によっては朝夕の2回。土の表面が乾いたら、底から水が染み出るまでたっぷり行います。

防虫・鳥対策



日当たりが悪かったり風通しが悪いと、湿度が高くなり病害虫が発生しやすくなります。プランターをスタンドに乗せ、高い位置にして日当たりを良くしたり、余分なわき芽や枯れ葉をこまめに取って風通しを良くしましょう。害虫を寄せつけないために防虫ネットや寒冷紗でプランターを覆うと、鳥除けにもなっており効果的です。



「わが家の菜園」
募集中

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

【材料】1本(14×20cmの卵焼き器1台)分

卵	4個	薄口しょう油	小さじ1/2
はんぺん	60g	塩	少々
砂糖	大さじ4	サラダ油	少々
酒	大さじ1		

おいしく作る
料理のポイント

焼き色と波模様をきれいに付けて、ハレの日の食卓に。

伊達巻き

料理◎大庭英子 撮影◎榎本修



Point



はんぺんと砂糖を滑らかになるまですり混ぜてから、卵を加えます。



裏返すのは、表面がまんぺんなく乾いてから。焼きムラが出ないように、卵焼き器を動かして火の位置を変えながら焼き上げます。



生地がよれたり裂けたりしないように切り込みを入れます。はっきり波模様をつけるため、熱うちに巻きましょう。

1 生地を作る

すり鉢にはんぺんを入れ、すりこぎでペースト状になるまですりつぶして砂糖を加え、よくすり混ぜる。卵を1個割り入れてすり、残りの卵も同様に加えて混ぜ合わせ、酒、しょう油、塩を加えてよく混ぜて万能こし器でこす。

2 生地を焼く

卵焼き器に油を薄くぬって熱し、1を流し入れて弱火にかける。パットなどで蓋をして、周りが少し乾いて薄く焼き目がついてくるまで、卵焼き器を前後に動かして、中心をずらしながら8～10分ほど焼く。フライ返しを入れて裏に返し、弱火で4分ほど焼く。

3 巻く

鬼すだれに最初に焼いた面が下になるように縦長に置き、表面に横に1cm間隔で5～6本、浅く切り込みを入れる。手前から巻き込み、巻き終わったら、鬼すだれを巻いたまま、両端を輪ゴムで留め、巻き終わりを下にして冷めるまで置く。

4 切る

完全に冷めたら鬼すだれを外し、8等分に切る。

MEMO

生地は、すり鉢の代わりにフードプロセッサーやミキサーを使うと簡単に作れます。

◎1本分：約525kcal 調理時間：約30分(冷ます時間は除く)

連載

「食」の
「農」セ
エッ

第72回

島田雅彦さん

博物学としての食の意地

今でこそ冷蔵庫の中身は多国籍になり、無意識のうちには世界中の肉、魚、野菜を食べているが、私の少年時代はもっぱら自分が暮らす周囲の産物を口にしてきた。夏の朝、私は母にお使いを頼まれ、近所の農家にキュウリやナスを買いに行ったものだ。腰の曲がった老婆が「今もいでくる」といって、畑に行く。私は薄暗い土間で待ってい

る。五分後、ザルにいっぱいキュウリとナスを持って、老婆が戻ってくる。それらは母の糠床に入れられ、数時間後、糠漬けになって食卓に並ぶが、その前にキュウリを一本もらい、そのまま齧った。心地よい歯応えとメロンを思わせる香り、ほのかな甘み。それがキュウリ本来の味である。ついさっきまで土に埋まっていた根菜や蔓になっ



イラスト：はやしみこ



島田雅彦

(しまだ まさひこ)

1961年東京都生まれ。主な作品に『夢遊王国のための音楽』（野間文芸新人賞）、『夢使い レンタルチャイルドの新二都物語』、『彼岸先生』（泉鏡花文学賞）、『退廃姉妹』（伊藤整文学賞）、『悪貨』、『虚人の星』（毎日出版文化賞）、『君が異端だった頃』（読売文学賞）、『パンとサーカス』ほか多数。法政大学国際文化学部教授。



『大転生時代』

文藝春秋

ていたトマトやキュウリ、風にそよいでいた葉物のおいしさは畑まで出向かないと、味わえない。優れたシェフのひそみに倣い、たまに畑に出向くと、生産者が蘊蓄を傾けてくれる。近頃のトマトは糖度が高く、美味しいが、栽培のコツは枝についている状態で完熟させること、雨に当たらない、余計な水をやらないこと、朝日にも西日にも充ち当てることだそう。茎部分に無数の産毛が生えているものは空気中の水分を最大限に吸収しようとした証だ。逆境を潜り抜けたトマトこそが甘い。

焼いても、塩揉みにしても、煮浸しにしても、高温の油で揚げた天ぷらでも、味噌と豆板醤で甘辛く炒めても、ナスは人をやみつきにさせる食材だ。それ自体はほとんど栄養がないといわれがちだが、さまざまな味を吸収する完全無欠なスポンジといえる。トマトとナスの原産地はそれぞれアンデスとインドなので、ヨーロッパやアジアでは大航海時代以後でなければ、食べられなかったものだ。ちなみにジャガイモも唐辛子もアンデス由来なので、キムチが赤くなるのも、付け合わせにフ

レンチフライがつくのも、どんなに早くても十六世紀以後ということになる。食い意地は博物学に似ている。まだ食べたことのないものをこの舌で味わってみたいという好奇心こそが、生への執着になる。そんなわけでスーパーや市場に行っても、初めて目にする食材の顔を素通りできない。

出日本ベ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。



知られていない生産現場【和牛】

ちよつといい日に和牛を食べて もつといい日にしませんか

焼き肉やステーキ、しゃぶしゃぶ、すき焼きなど、和牛を使った料理は海外でも大人気。肉に網目状に入った

（きめ細やかな脂肪をサシ（霜降り）と呼びますが、

見た目も美しく、甘みとうまみが口の中にとろけ出すような食感が特長です。世界に誇る和牛を詳しく探ってみました。



和

牛は、明治以前から日本で飼われてきた固有の品種で、畜産関係機関や畜産農家の長

年の努力によって改良されてきました。

和牛の90%以上を占めるのは、日本各地で飼われている「黒毛和種」で、加えて「褐毛和種」「無角和種」「日本短角種」の4品種と、その4品種間の交雑種のことを和牛と言います。

国産牛Ⅱ和牛と思いますが、国産牛とは日本国内での飼育期間が

最も長い牛のことで、品種ではありません。乳用種ホルスタインや、和牛と乳牛の交雑種でも国産牛を名乗ります。

日本で飼育される牛（輸入牛を含む）はすべて10桁の個体識別番号が印字された耳標を両耳に付け、出生から肉になるまでの生産流通履歴情報がデータベースに登録されます。精肉パックに貼られたラベルの個体識別番号から、牛がいつ生まれて誰にどのよう

に育てられたかという情報をいつでも得られ、追跡できる「牛トレーサビリティ制度」が確立されています。片方の耳標が取れてしまった牛の取引は禁じられるほど、手続きは厳格です。

和牛は生まれると名前が付けれられ（雄は漢字、雌はひらがな）、識別手段として鼻紋（人の指紋のように固有）をとって、子牛の登記を行います。「子牛登記証明書」には両親、祖父母、そのまた祖父母から続く血統や、生まれた



農場などの情報が記録されています。黒毛和種の雄は約28ヵ月齢前後、雌牛は約30ヵ月齢前後飼育して出荷されます。出荷までの期間が長いので、母牛を飼育して子牛を産ませ、育てる繁殖農家と、10ヵ月齢くらいの子牛（素牛）を市場で買い付け、出荷するまで育てる肥育農家に分かれるのが一般的です。

コロナ禍で需要が停滞したため急落した和牛肉の相場は、コロナ禍後一時回復したものの、物価上昇により、消費は牛肉から豚肉・鶏肉にシフトし、高額な和牛の消費は落ち込んでいます。和牛生産量の増加と消費低迷に伴う不安を背景に、素牛の市場（せり）価格は全国的に下落。2023年は下落幅がさらに広がり、黒毛和種ではBSE発生時以来21年ぶりに国から子牛（素牛）価格の下落を補填する「肉用子牛補給金」が発動されました。子牛を生産する繁殖

農家の経営は日を追うごとに深刻化しています。このままでは繁殖農家の廃業が加速し、和牛の生産基盤が縮小してしまう懸念があります。上図のように繁殖雌牛の出生から数える、子牛の育成、子牛の肥育、出荷まで55ヵ月を要します。一旦失った生産基盤を元の規模に回復させるのは容易ではありません。

豚肉や鶏肉に比べると高価ですが、和牛ならではの芳醇な味わいは別格です。畜産農家が、一頭一頭丁寧に時間をかけて育てた日本の至宝。年末年始はもちろん、誕生日や記念日など、ちょっとした日に和牛を食べ、もつといい日にしませんか。

毎月29日は
「肉の日」
限定セール開催!

JAタウン







料理◎大庭英子 撮影◎榎本修

割り下で煮ていく関東風
好みの煮え加減でいただきます

関東風のすき焼き

1人分:約615kcal 調理時間:約30分

- 1 割り下を作る。鍋に酒、みりんを入れて中火にかき、煮立ってきたら鍋を傾けて炎を鍋に入れ、火が消えるまで煮てアルコール分を飛ばす。砂糖、しょう油、だし汁を加えて混ぜ、煮立ってきたら火を止める。
- 2 しらたきはザルにあげて塩(分量外)でもみ、洗い落とす。鍋に入れてひたひたの水を注ぎ5分程ゆでてザルにあげ、粗熱が取れたら、食べやすい長さに切る。
- 3 ねぎは1.5cm幅の斜め輪切りにする。しいたけは軸を切り、傘に飾り切りをする。春菊は先のやわらかい部分を摘み、茎の太いところの葉を茎から摘む。白菜は4cm長さに切る。焼き豆腐は縦半分になり、2cm幅に切る。
- 4 すき焼き鍋に2、3を並べ、1の割り下を注ぎ、煮立ってきたら牛肉を広げるようにして入れ、煮ながら、煮えたものから溶き卵をつけていただく。

【材料】4人分

牛すき焼き用肉	400g
ねぎ(太め)	3本
しいたけ	8枚
春菊	1束
白菜	300g
しらたき	1袋
焼き豆腐	1丁
割り下	
酒	1/3カップ
みりん	1/3カップ
砂糖	大さじ3
しょう油	2/3カップ
だし汁	2/3カップ
生卵	適量



ココがポイント

しらたきは下ゆですると臭みが抜け、味が染みやすいです。
白菜はすき焼き鍋に縦に並べると火が通りやすくなります。

思いがみしめいただく

9月号おすすめレシビ「ぶどうのレアチーズケーキ」があまりにもおいしそうだったので、すぐに巨峰を買いに行つて作りました。ふるさと探訪を読んだ後だったので、農家の方の一粒一粒のおどうへの思いをかみ

しめながら、いただきました。
(滋賀県・やっちゃん)

意欲を刺激する冊子

「エプロン」をスーパーで見つけたのは数年前。表紙の写真がとてきれいで、うきうきする連載もあり、日々の生活に彩りをもたらしてくれていま

す。ベランダでえだまめにトライするも、虫やカビに悩まされ「エプロン」をもっと熟読し、再トライしてみようと思います。棚に並んだ「エプロン」が読むたびに意欲を刺激してくれます。
(埼玉県・林文字子さん)

『エプロン』で生活が楽しく

「エプロン」で日本ペンクラブ会員の作家の先生方が書かれたエッセイを読めるのは、「食と農」という共通点があることで、親しみやすく、知らない作家の作品にも興味を持つことにもつながります。読書が好きで、料理は苦手な私ですが、エッセイを読んで楽しみ、料理のポイントで勉強すると「エプロン」で生活が楽しく感じられています。
(鹿児島県・島みどりさん)



兵庫県・上西とも子さん



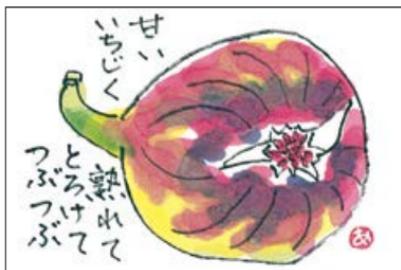
神奈川県・砂澤賀子さん



青森県・菊池評子さん



愛知県・坂下昭美さん



愛知県・石川明美さん

INFORMATION

大募集!



お便り・絵手紙・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。

3月号/オリジナルグラタン

2024年12月10日(火)締切

4月号/にんじんを味わうレシピ

2025年1月10日(金)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
10名様
に当たる

サロマ和牛

ふるさと探訪で紹介したトップファームグループの「サロマ和牛(すき焼き用/600g)」を10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

2024.12.20(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。



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

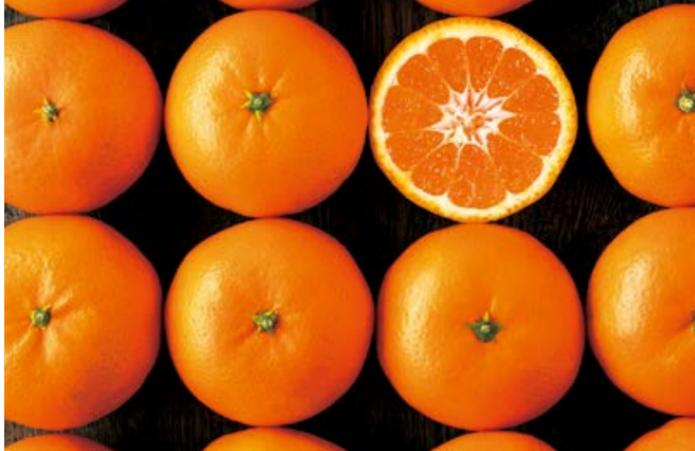
(株)日本制作社「エプロン編集部」係



今月の表紙

シユンギクの花

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。



はれひめ

甘みを引き立てるさわやかな酸味と オレンジのような香りの良さが特長です

「はれひめ」は、清見タンゴールとオセオラオレンジを掛け合わせ
宮川早生みかんを交配させた、平成生まれの品種です。

柑橘栽培では、実が育つ夏から秋に晴天が続くと
甘く香り高い果実になることから、「はれひめ」と名付けられました。
手で簡単に皮がむけ、内袋の皮も薄いので、温州みかんのように

袋ごと食べられます。果肉はジューシーで、
種もほとんどない、人気上昇中の柑橘です。

JAタウンでは、各産地の「はれひめ」のほか、
生産量日本一の愛媛県JAおちいまばりで、卓越した技術の生産者が、
指定された園地で栽培管理を徹底し、光センサーで基準を満たした
厳選果実を「瀬戸の晴れ姫」ブランドとしてお届けしています。



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大阪駅2Fアトリウム広場(10:00~18:00):2024年12月14日(土)「佐賀の実」
- JR広島駅(11:00~15:00):2024年12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.minorimorinoru.jp/

エブロン12月号(No.557)2024年12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。

