

おおいたの匂がくる。その恵みに感謝して…

2009  
Spring  
vol.7



あなたの思いをカタチに。

# しゅんくる

<http://theoita.com>



に

ら

ハ  
ウ  
ス  
み  
か  
ん

旬  
曆  
春

おいしいのおいしさまっさかり！  
旬曆 春

優しい陽気に誘われて、野菜も力強い成長を  
始めます。新しい生命の気配がそこかしこに感  
じられるフレッシュな春。みずみずしいおおい  
たの旬を食べて、体もすっきり目覚めさせましょう。

大分市戸次では、水耕栽培により、  
風味豊かな香味野菜「みつば」が  
元気に育っています。

最新の設備がある、  
最高の真心がある、  
そこは「みつば団地」



農協さんのおすすめ



↑ JAおおい大分市地域本部の三浦彩子さんと生産者の佐藤泰副さん

特有の香りで、巻き寿司や茶碗蒸しなど日本料理の魅力を引き立てるみつば。大分市は、西日本一のみつばの産地です。大分市戸次にある「みつば団地」では、4.4ヘクタールの広大な敷地でみつばを水耕栽培しています。

土を使わず養液で育てる水耕栽培は、45日サイクルで年間8回もの収穫をします。これにより安定した周年出荷が可能になりました。

みつば部会の会長を務める佐藤泰副さんは、昭和54年からみつばの水耕栽培に取り組んでいる大ベテラン。「今では、水やり、

酸素混入、肥料のバランスなど、すべてがコンピューターで管理されています」と佐藤さん。その後、こんな言葉を付け加えてくれました。「だからこそ、生産者のまなざしが大切なんです」。害虫が付きやすく、病気や夏の暑さにも弱いみつばを育てるには、人にしかできない細やかな気配りが必要。芯が太く、葉が艶やかな「大分みつば」を次世代に伝えたいと夢を語る佐藤さんに、みつば生産者としていちばん大事なことを訊ねると、笑顔でひと言、「そりゃ真心やわ!」という言葉が返って来ました。



3...7月 カレイ

①宇佐市、国東市、中津市、日出町、姫島村 ②0.5kg~1kg/尾 ③日出町の場谷城下の海底から真水が湧く海域に生息するマコガレイは、「城下かわいい」と呼ばれる ④コラーゲンを含み、肌をみずみずしく保ってくれる ⑤薄造りにして、梅肉醤油と肝を混ぜた肝酢をつけて



1...6月 びわ

①大分市、佐伯市 ②400gpc/4入り ③ハウスと露地のリレー栽培で長い期間出荷されている ④カロテンが豊富で、咳やのどの痛みに効果的 ⑤種も栄養豊富。乾かして、皮が少し焦げるまで深煎りすればナッツのように食べられる。薄皮をむいて中身だけどうぞ



5...12月 ピーマン

①豊後大野市、臼杵市、竹田市 ②150g袋/30入り/段ボール箱 ③磨きあげたように輝く深い緑色が特長 ④風邪の予防、美白効果が期待できるビタミンCがたっぷり ⑤ヘタとタネを取り除き、細切りにしたら塩昆布で和える。ピーマンは生でも、サッとゆでてよい



周年 生しいたけ

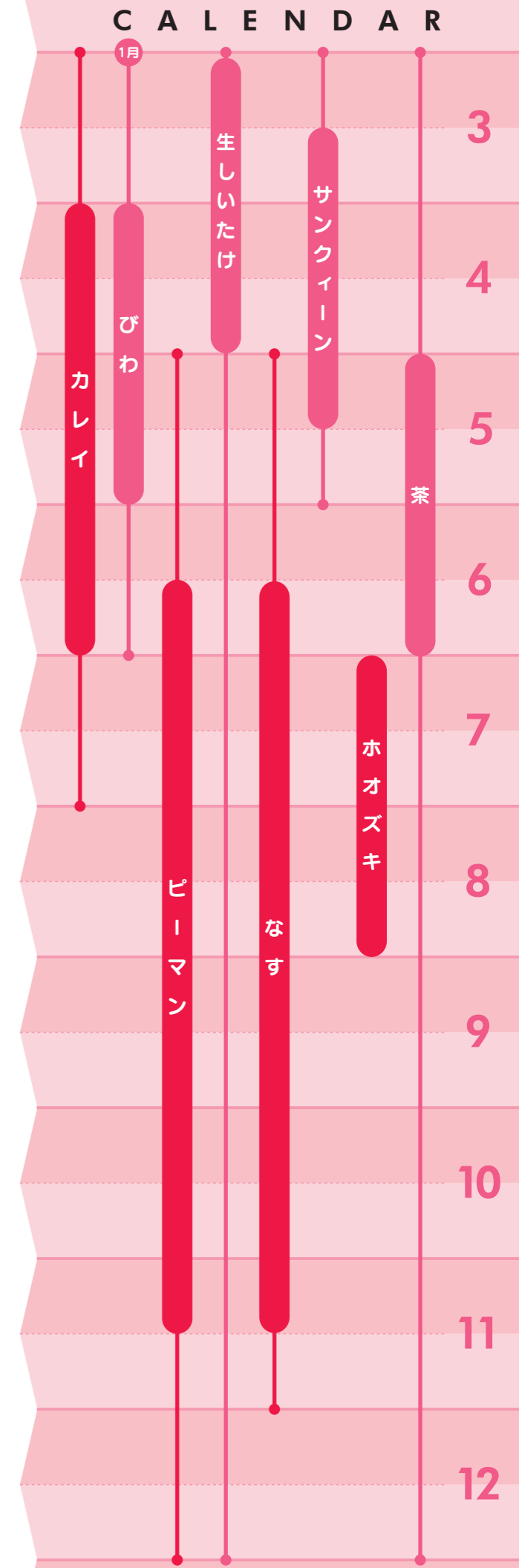
①玖珠町、九重町 ②100gpc/40入り、4kg/段ボール箱、発泡スチロール箱 ③周年栽培されており、肉厚で美味しい ④低カロリーで食物繊維が豊富。旨み成分のグアニル酸を含む ⑤両面を焼き、ニンニクも入れて炒めて醤油、塩こしょうで味つけ。ご飯がすすむ!



5...11月 なす

①豊後大野市、佐伯市 ②5kg、10kg/段ボール箱 ③露地を中心に栽培されており、主な品種は中長系の「筑陽」 ④動脈硬化の予防に役立つポリフェノールを含む ⑤水分の多いなすは漬物に最適。油とも相性が良いので揚げ物もおすすめ

①主な産地 ②出荷規格 ③おおい産の特長 ④どんな栄養がある? ⑤こんな食べ方がおすすめ!



ちよっと寄りみち  
**味力の店**



## 素材の旨味が活きた、地産地消の鍋

**もつ鍋** 元祖もつ鍋 名物地どり炭焼き専門店 **味十味**



↑店主の久野さん

夜の賑やかな繁華街、大分市は都町に「味十味（あじとみ）」があります。このお店は、ご主人自らが吟味した大分県産の食材のみを使用しています。もつ鍋の具材もすべてそう。食べるスタミナがつくには、県産ならではの青々とした鮮やかな色で鍋を彩り、豪快に盛られたその見た目も元気をくれます。スープはあっさり仕立ての醤油ベース。このスープに、にらとキャベツの旨味が溶け出すことで自然な甘みがプラスされ、後引く味わいに。プリプリした弾力のモツはもちろん、優しい甘みのスープに、独特な香りで食欲をそそるに。どれもが主役といっても過言ではないこの鍋で、素材の味をお楽しみください。

元祖もつ鍋 名物地どり炭焼き専門店 **味十味**  
大分市都町2-5-13 白銀ビル1F ☎097-536-2395  
営業時間/17:30~L022:00  
定休日/日曜

**Theおいた**

ホームページで産地直送の情報をお届けしています!

旬な情報をいち早く更新!!  
お取り寄せショッピングもできます

<http://theoita.com/>



真つすぐ伸びる、色鮮やかな健康野菜  
**にら**

**Theおいた**  
あなたの思いをカタチに。

出荷時期

周年

主な産地

大分市、佐伯市、臼杵市、中津市

出荷規格

100g束/ 50入り、5kg

**大**分県は、高知県や宮崎県と並び、西日本を代表するにらの産地であり、大分市が主産地となっています。その大分市で、にら部会の会長を務める村上潔さん。村上さんは、大分市川添地区の2ヘクタールの農地に約70棟のビニールハウスを持ち、にらを栽培しています。

にらは雨風を受けると、すぐに葉が傷んだり、斑点ができてしまいます。細心の注意を払いながらビニールハウスで大切に育てるからこそ、見た目も、味も全国に通用するにらが育つのです。「大分産のにらは、濃い緑の葉が真つすぐに伸びている。繊維が柔らかいので、ほどよい粘りがあるんです」と村上さん。

また、年間を通じて安定出荷するために、「夏にら」と「冬にら」で作型を分けて栽培しています。「夏にら」は、12月頃から苗を育て始め、3~4月に植え付けを行い、7月から約30日サイクルで収穫していきます。一方「冬にら」は、5月頃から苗を育て始め、7~8月に植え付け、12月から約40日サイクルで収穫していきます。

“良質のにらは、良い土から生まれる”がモットーの村上さん。現在、にら栽培は手間やコストがかかるため化学肥料を使うのが主流となっていますが、村上さんは、徹底した土づくりのため米ぬかを撒いています。そこには「食への安全」と「土への栄養」にこだわる、にら生産者としての思いが込められているのです。

除草、ハウス内の室温管理、短時間での収穫作業など、にらづくりは多くの労を要します。「一歩先のことを考えながら作業することが何より大切」という村上さん。にらは背丈が低い農作物のため、屈んでの作業が多く、足腰には負担となります。それでも村上さんは「さて、今日もにらのご機嫌をとりに行こうか」と、笑顔でビニールハウスに向かいます。ハウスは、にら独特の香りに包まれていました。



←白く撒かれているのが米ぬか。コストはかかるが、より良い土をつくるための村上さんのこだわり



↑川添地区は、ずらりと並んだビニールハウスが見渡せる



↑要らない葉を落としたり、束の重さを揃えたりする「調整」と呼ばれる作業



↑「上農は草見ず草取り、中農は草見て草取る、下農は草見て草取らず。俺は中農かな」と冗談めかす村上さん

**Mioclub** 突撃レポート

**田村啓子さん** 田

機械化が普及して労働や管理はお任せの時代に、人による手仕事や長年の勤と知恵がこんなにも必要とされるにら栽培に感動しました。腰をかかめての収穫は大変で「毎日、にらのご機嫌をうかがう」の言葉は気の抜けない成長過程でのこだわりにも思えました。

**染矢理恵さん** 田

にらは我が家でもよく使う食材だけに聞きたいこともいろいろ! 村上さんが一つひとつの質問に丁寧に答えてくれ、安全性についても具体的に説明してくれたので安心して食べられることを実感しました。にら料理の試食もさせてもらい、改めてにらの美味さと調理上手の良さを知りました。





↑ 守江湾が望める見晴らしのいい高台に、森さんのハウスがある

← 収穫されたハウスみかんは光センサーで糖度別に分けられ、丁寧に手詰めされて出荷される

→ 高校卒業後、一度は県外へ出たものの帰郷して、ハウスみかんづくりを始めたという森さん

↓ ハウスには収穫の時期を迎え、たわわに実をつけた樹がぎっしり



**東**に伊予灘、南に別府湾を望む杵築市。海と山に囲まれ、温暖な気候にも恵まれたこの土地は、全国有数のハウスみかんの生産地です。森和之さんは、ここでハウスみかん栽培を始め、約10年。もともとモノづくりに興味があったことから家業のハウスみかん栽培を手伝い始めたという、太陽のような笑顔が印象的な若者です。

ハウスみかんの出荷時期は4月から9月。お盆の前後に出荷のピークを迎え、収穫を終えた9月の末に、樹はいったん実のない状態になります。その後しばらく温度を入れず、11月頃からハウス内を20℃に保つ〈加温〉を始めます。こうして春と同じ環境を作ることで、樹には花が咲き、やがてまた実が付きまします。年中温暖に保たれているイメージのハウスですが、実は生産者の経験と知恵によって、人工的に季節が作り出されているのです。

「実がなるのはすべてみかんの樹がすること。僕はそれを手伝うだけなんです」と森さんは言います。しかし、水やりひとつにしても、自動でその量や時間を設定できるにも関わらず、それをあえて自分で操作するなどハウスの管理にもこまめに気を配り、常にみかんのことが頭から離れない様子です。

「ハウスみかんづくりを始めた頃に、自分で植えた樹があるんです。それが成長している姿を見ると、頑張らないと! と思います。」

優しく見守るように愛情を注ぎ、世話をすることで、ハウスいっぱい太陽色の果実が実る。その収穫の喜びが、彼の充実した笑顔の源なのでしょう。

森さんの父の口癖は「農業はいいぞ!」だそう。厳しい条件のなかでも決して農業の悪口を言うことのない父のように自分もありたい。農業のよさを伝えていき、後継者を増やしていきたい。そんな夢を追う森さんを励ますように、今年もまた、彼と同級生の樹が豊かな実りで出荷を待っています。



# ハウスみかん

甘みが詰まった、太陽色の果実

出荷時期	主な産地
4月上旬 ~9月末	杵築市、国東市、日出町、佐伯市
	出荷規格
	1.2、2、2.5kg/化粧箱、5kg/段ボール箱、300gほかパック入り



## 山本千里さん 凸

森さんは、育てることの喜びに早くに出会った素晴らしい人でした。手をかければかけるほど、豊かな実りで応えてくれるみかんの樹には、大きな愛着が感じとれました。「この仕事、悪くないよ!」と言われる姿が自然体であたたかく、心に残りました。

## 白井由紀子さん 凸

みかんって、こんなにたわわになるものなんだと驚きました。また、みかんの樹が自分で育てられない実を落とすというお話などにも、自然の力を感じました。ハウスで食べた、もぎたてみかんの味が最高でした。生産者さんの思いが詰まっているんでしょうね。



## 選び抜いたみかんをお手頃価格で提供

みかん直売所

きつきみかんの里



↑ 最新鋭の光センサー

収穫されたハウスみかんは「おおいた中央柑橘園芸連」へ運ばれます。この自慢は最新鋭の光センサー。これでみかんの糖度や酸度、色などを一瞬で計測し、等級別に分けていくのです。そして、もうひとつの自慢が、事務所の横にあるみかん直売所「きつきみかんの里」です。ドライブがてらに立ち寄る常連客も多いここ。一年中新鮮なみかんを安く提供しており、嬉しいことに試食してから購入が可能です。ぜひご自身でその甘さを確かめてみてください。家庭用にはもちろん、贈り物にもおすすめです。※週初めなどはすぐに持ち帰りができない場合があるので、事前に電話をするのがおすすめ

きつきみかんの里

杵築市大字杵築741-1 ☎0978-62-2729  
営業時間 / 8:30~17:00  
定休日 / 土・日曜、祝日

ちよつと寄りみち  
**味力の店**



MiOclub  
クチコミでThe・おおいたを広めよう  
Mio club会員を募集中!

みんなで一緒に育てる  
コミュニティクラブです

<http://mioclub.net/>





材 料 (4人分)

にら…………… 2束  
カニカマ…………… 3本  
すりごま…………… 少々  
【調味料】  
砂糖…………… 大さじ1/2  
しょうゆ…………… 大さじ1強  
みりん…………… 大さじ1

にらの和えもの

安部初女さん(大分市・にら生産者)

- 1 にらを茹でて3~4cmに切る。
- 2 カニカマも同じくらいの長さに切る。
- 3 調味料と①②を合わせ、すりごまを振りかける。



材 料 (4人分)

にら…………… 1束  
もめん豆腐…………… 1丁  
ハム…………… 4枚  
ミックスチーズ…………… 100g  
マヨネーズ…………… 大さじ1  
塩こしょう…………… 少々

にらグラタン

安部初女さん(大分市・にら生産者)

- 1 ハムと生のにらは2cmくらいに切り、豆腐は水気を取って2cmの角切りにする。
- 2 ①を合わせ、塩こしょう、マヨネーズを加え、すばやく混ぜる。
- 3 アルミホイルやグラタン皿に②を入れ、チーズを乗せ、オーブンで焦げ目がつくまで焼く。



材 料 (4人分)

みつば…………… 1束  
梅干し…………… 2個  
ちりめん…………… 大さじ1  
米…………… 3カップ

みつばごはん

藍澤敬子さん(大分市・みつば生産者)

- 1 米を普通どおりに炊く。
- 2 みつばをさっと湯通しして小さく刻む。
- 3 梅干しの種を出し、小さく刻む。
- 4 ごはんにみつば、梅干し、ちりめんを混ぜる。



材 料

みつば…………… 2束  
だし汁…………… 50cc  
にんじん…………… 1/2本  
卵…………… 2個  
塩…………… 少々  
のり…………… 4枚

みつばの卵巻き

藍澤敬子さん(大分市・みつば生産者)

- 1 みつばを湯通しし、だし汁で下味をつける。
- 2 にんじんを細長く切り、塩ゆでする。
- 3 卵に塩少々を入れ、うす焼きにする。
- 4 うす焼き卵で、①と②を巻く。
- 5 さらに④をのりで巻き、食べやすい大きさに切る。

