とちぎJAプラザ

ふぉ〜you

vol. 228

JAグループ栃木は、安全・安心な農畜産物の提供、地域社会への貢献など多彩な活動を展開しています。企画特集「ふぉーyou とちぎJAプラザ」では「豊かなくらしをサポート」をメインテーマに県内の農畜産物と生産者、直売所、JAグループ栃木の取り組みを紹介します。

［企画・制作 下野新聞社ビジネス局］

JA全農とちぎ オススメ お役立ちレシピ

だちっぺとちぎ JAグループ栃木／JA全農とちぎ

見た目も涼やか、ぷるぷる食感の夏デザート

シャインマスカットの二層ゼリー

●材料●（グラス4個分）
シャインマスカット……1/2房
【パンナコッタ】
A
- 生クリーム……200ml
- 牛乳……150ml
- 砂糖……40g

水……大さじ2
粉ゼラチン……5g
バニラエッセンス……数滴
【透明ゼリー】
B
- 水……250ml
- 砂糖……20g

水……大さじ2
粉ゼラチン……5g
レモン汁……大さじ1
ミントの葉……お好みで

■1個分　カロリー…341kcal
塩分…0.1g　調理時間…30分
※冷蔵庫で冷やし固める時間は除く。

シャインマスカットをはじめとするブドウの皮にはポリフェノールが多く含まれています。強い抗酸化作用があり、血行を促進し、動脈硬化からくる生活習慣病を予防します。また、女性にうれしい美肌効果も期待できます。

【パンナコッタ】
①小さな器に水を入れ、粉ゼラチンを振り入れてふやかす。
②小鍋にAを入れて沸騰直前まで温めて火から下ろし、①を入れて混ぜながら溶かし、バニラエッセンスを2、3滴加えて混ぜる。
③粗熱が取れたらグラスに注ぎ入れて冷蔵庫で1〜2時間冷やす。
【透明ゼリー】
④小さな器に水を入れ、粉ゼラチンを振り入れてふやかす。
⑤小鍋にBを入れて沸騰直前まで温めて火から下ろし、④を入れて混ぜながら溶かし、レモン汁を加える。
⑥③に半分に切ったシャインマスカットを並べて入れ、粗熱が取れた⑤を注ぎ入れて冷蔵庫で1時間程冷やし、お好みでミントの葉を飾る。

ワンポイントアドバイス
・半分に切ったシャインマスカットは、断面の向きを合わせて並べると見栄えの良い仕上がりになります。

JAふれあい食材
管理栄養士 松原舞子
「ふれあい食材」では安心・安全、新鮮、便利な食材をご自宅までお届けします。

JAふれあい食材では、国産・県産を中心とした安全・新鮮・便利な食材を、専任の管理栄養士が作成したメニュー・レシピとともにご自宅へお届けしています。
お手元のスマートフォンから、ふれあい食材を使ったレシピがご覧いただけます。

STEP1 スマートフォンアプリのコードリーダーを立ち上げる。
STEP2 右の二次元コードにスマートフォンをかざし、読み込む。
STEP3 表示されたURLをタップすると、おすすめ食材を使ったレシピが表示されます。

JA全農とちぎのウェブサイトはこちら♪

JAしもつけの「ブドウ」

収穫を待つハウスのシャインマスカット

父の思いを受け継ぐ2年目の挑戦

父のノートと仲間の協力が支えに

爽やかな甘さが魅力の、夏を代表する緑の高級果物「シャインマスカット」が栃木市岩舟町で今年もおいしく実っています。JAしもつけ、岩舟町ぶどう出荷生産組合所属の富山悦宏（とみやま・えつひろ）さん（36）宅のブドウ畑でも立派なシャインマスカットの収穫・出荷が始まっています。

富山さん宅は祖父の代から続くブドウ農家。富山さんは2年前に亡き父の40アールのブドウ畑を引き継ぎ、現在、母と2人でシャインマスカットの他に、「クイーンニーナ」、種あり・種なしの巨峰を露地、雨よけハウス、ハウスの3形態で栽培しています。

「いずれ農家を継ぐことは考えていましたが父が急逝して不安のなかでの就農でした」と話す富山さん。支えになったのは、父が残してくれた栽培記録と組合の先輩や同年代のブドウ農家の協力だったといいます。

去年は1カ所で病気が出てしまいましたが、今年はその反省からとりわけ病気と日焼け対策を徹底。本格就農2年の今年はそのかいあって順調に生育したそうです。

おいしさと効率化の両立を目指す

「365日、頭には常にブドウのことがあります」と話す富山さん。気温が上がったり急に雨が降ったりしそうな時はすぐ現地に向かいます。しかし、そんな苦労も「甘くておいしい」という声を聞くと逆にモチベーションにつながるそうです。そんな富山さんがこだわっているのは肥料。ブドウの品種や栽培形態に応じて肥料の配合を調整しています。また、近年は猛暑やゲリラ豪雨の影響もあるので房には念入りに包果紙をかぶせ強い日差しや雨からブドウを守っています。

そんな富山さんが栽培したシャインマスカットはJAしもつけを通して宇都宮をはじめ、首都圏や東北へ出荷されます。富山さんが栽培しているブドウは例年9月いっぱいまで楽しめるそうです。比較的日持ちするシャインマスカットは「房についた状態で冷蔵庫に入れれば2〜3週間はおいしくいただける」そうで、生食以外にも「紫色の巨峰と一緒にフルーツサンドにするのもおすすめです」と教えてくれました。

富山（とみやま） 悦宏（えつひろ）さん

ご家族と食べても、贈答用でも喜ばれるシャインマスカット。今年の夏はJAしもつけのシャインマスカットで夏を満喫してはいかがでしょうか。

問い合わせはJAしもつけ南部アグリサポートセンター☎028・43・0800。

最後に余分な粒を取り除き房を整える富山さん

動画はこちらから

地域の活性化 Information ～お知らせ～

JAかみつが

子ども食堂支援

旬の農産物で食育も

JAかみつが青年部（田野井稔部長、56人）は2020年8月から、管内の子ども食堂に地元産の農産物を提供しています。

この活動は「生産者として困っている人たちの役に立ちたい」という思いから始まりました。ほぼ毎月、青年部員たちが丹精したコメ、トマト、ネギ、ナシ、イチゴなどを提供しています。

支援に当たり、食育も目的に挙げています。新鮮な農産物は子ども食堂利用者から「おいしい」と好評で、田野井部長は「地元でおいしいものがとれることを知り、旬や農業に関心も持ってほしい」と話します。

5月は、葉の色が濃くツヤがあり香りの高いニラ5キロを子ども食堂共同体「栃っ子こども食堂の集い鹿沼地区」に寄贈し、共同体から加盟団体に配られました。同共同体メンバーの福田愛子さんは「新鮮で安心安全な農産物をいただき助かっています」と感謝していました。

田野井部長は「喜んでいただけて、とてもうれしいです。継続は力なり、で今後も青年部の活動として続けていきたい」と笑顔で話していました。

子ども食堂共同体に届けた鹿沼地区特産のニラ＝５月、鹿沼市内

ＪＡかみつが青年部員が丹精した新鮮なニラを子ども食堂に提供＝５月、鹿沼市内

JAかみつが管内：鹿沼市、日光市、栃木市西方町　次回はJAはが野です。

直売所のイチオシ！

JA佐野　三好農産物直売所

実がぎっしり詰まったみずみずしいトウモロコシ

甘くてジューシーなトウモロコシ

トウモロコシや枝豆、葉ショウガなど人気の夏野菜が旬を迎えました。

早朝に収穫されたばかりのみずみずしいトウモロコシは、大きなもので1本180円ほど。生産者の山田文雄さんは「手軽に味わうなら薄皮を残して電子レンジで5、6分加熱するのがお薦め」と話します。中には、たくさん購入して一度にふかし、冷蔵庫や冷凍庫で保存して楽しむ人もいるそうです。

手打ちそばや手作りコンニャク、パンやクッキー、赤飯など加工品も人気です。直売所は北関東自動車道の佐野田沼インターチェンジから北へ約10分。今年1月、JA佐野三好支店の敷地内に移転しました。周辺にゴルフ場が多いことから、商品の取り置きにも対応。トウモロコシは作柄、時期により収穫できない日もあるため、遠方から訪れる場合は事前に電話での確認をおすすめしています。全農パールライスの米（5㌔）販売中。

【営業時間】午前8時〜午後5時　【定休日】毎週月曜日
【所在地】佐野市戸室町1181（JA佐野三好支店の敷地内）
【電話】0283-62-7135

三好農産物直売所の詳しい情報はコチラ

今月のプレゼント

②JAしもつけのシャインマスカット 2房 10名様

①とちぎ和牛焼き肉用400g 4名様

【応募方法】はがき、または右のQRコードからご応募ください。郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望のプレゼント番号、紙面の感想などを添えて、28日必着。応募はお一人様1回。

はがき送付先　〒320-8686下野新聞社ビジネス局「とちぎJAプラザ7月」係

※応募いただいた個人情報は、抽選、賞品の発送、応募集計、分析に使用し、下野新聞社の「プライバシーポリシー」に則って適切に管理します。また下野新聞社主催および後援事業のご案内に使用させていただく場合があります。〈下野新聞社ビジネス局〉

ウェブからの応募

ラインとちぽからの応募

JAグループ栃木

お問い合わせ　JA栃木中央会総務企画部
☎028-616-8540　https://www.tcchu-ja.or.jp

国消国産（こくしょうこくさん）
国消国産とは、「国」民が必要として「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」する、という考え方です。

国消国産特設サイト