

ご飯によく合う



具だくさんの豚汁

材料(4人分)
 豚バラ肉 100g
 ゴボウ 40g
 油 大さじ1
 顆粒だし 小さじ1
 水 1ℓ
 味噌 大さじ4と1/2

〈A具材〉
 大根 100g
 ニンジン 40g
 ジャガイモ 中1個
 タマネギ 1/2個
 シメジ 1/2パック
 木綿豆腐 1/3パック
 長ネギ(小口切り) 1/4本
 ショウガすりおろし汁 適量

ここがポイント!

ショウガ汁を最後に加えると、良い香りが引き立ちます

- 1 豚肉は食べやすい大きさに切る。ゴボウはさがきに、水にさらしてアクを抜く。
- 2 大根とニンジンはいちょう切りに、その他の野菜と豆腐は食べやすい大きさに切る。
- 3 鍋に油を熱し①を炒める。肉の色が変わったらAの具材を加えてさらに炒め、だしと水を入れて煮る。
- 4 煮立ったら火を弱めてアクを丁寧に取り、15~20分煮る。具材に火が通ったら味噌を溶き入れる。
- 5 豆腐とネギを入れ、一煮立ちさせる。ショウガ汁を加えてさっと煮たら出来上がり。



おいしいお米を作りました

スマート農業に取り組む、新十津川町・白石農園三代目の白石昇さん(右)と息子の学さん。後方はGPSを利用する自動運転コンバイン

“HO、kkaido 美味しいもの便り”

親子で学ぼう!
あぐりキッチン教室
JAピンネ&JAたきかわ編

今年もおいしくできました 新米

秋の一日、新十津川町と滝川市を舞台に「あぐりキッチン教室」を開催。さまざまな収穫体験を通して、親子で楽しく農業と食の大切さを学んだ。



新十津川で稲刈り作業と菌床しいたけ収穫を体験

豊かな実りの季節を迎えた北海道。JAバンク北海道では9月29日、子どもたちに「農業」を楽しく学んでもらおうと、「親子で学ぼう!あぐりキッチン教室」を開催。札幌の小学生と保護者、総勢115人を招いて、新十津川町と滝川市でさまざまな収穫体験を行った。



刈り取った稲を天日で干す、伝統的な「はき掛け」をする白石学さん



菌床を持つピンネ農業公社・北村優樹さん。2万以上の菌床でしいたけを栽培中

新十津川のお米の特長

豊かな水と肥沃な大地に恵まれた新十津川は、道内有望の米どころ。食味のよい高品質な米を生産している。

バスが最初に向かったのは新十津川町の白石農園。約24町歩の水田を持つこの大規模農園では、GPSを使う自動運転トラクターやコンバイン、ドローンなどの最先端技術を導入し、国のスマート農業の実証プロジェクトに取り組んでいる。参加者が体験するのは、鎌を使った伝統的な稲刈りだ。曇り空に時折雨が交じるなか、黄金色に実った「ゆめぴりか」の田んぼに入り、親子で昔ながらの稲刈りに挑戦。農業の伝統と未来の姿に

触れる貴重な機会となった。収穫後、「今年の新米はめちゃくちゃおいしいですよ」と白石昇さんが語ると、あちこちで満足そうな笑顔の輪が広がった。稲刈りでおなかをすかせた後は農村環境改善センターで、待ちに待った昼食タイム。会場には白石農園の新米で作ったおにぎり、具だくさんの温かい豚汁、しいたけのバター焼きが用意され、各テーブルで「おいしいね!」の声が飛び交っていた。また、JAバンクの新キャラクタールより、子どもたちの人気をさらっていた。昼食後は同じ新十津川町のピンネ農業公社に場所を移して、

大きなハウスで菌床しいたけを収穫。お昼に食べたしいたけは、もちろんここで採れたもの。「うちのしいたけは肉厚でおいしいと評判なんです」と、同公社の北村優樹さんは胸を張る。ナラ材100%のおがくずを固めて作った菌床にしいたけの菌を植え、約4カ月間培養すると、菌床一つにつき約600gのしいたけが採れるという。9月から翌年4月末ごろまでが収穫時期だ。食べ頃のしいたけを収穫した参加者からは、上手な保存方法やおいしい食べ方について、熱心な質問が相次いでいた。

青空のもと、滝川で真つ赤なりんごを収穫

続いてバスが向かったのは、滝川市にある伊藤果樹園。雨上がりの青空のもと、鈴なりの真



人気の2銘柄、どちらが好み?

もちもち食感の「ゆめぴりか」と、あっさりして冷めてもおいしい「ななつぼし」の新米おにぎりを、昼食で食べ比べ。人気投票の結果は、ほぼ互角で、ななつぼしがちょっとリードした。

新米おにぎりで食べ比べ!



「お尻が黄色いりんごが食べどきです」と伊藤果樹園の伊藤公一さん



お昼ご飯を作ってくれた「生きた野菜の会」の皆さん。自家野菜を給食センターなどに出荷しているそう

つ赤なりんごが迎えてくれた。ここでは今が旬の「つがる」を収穫。「りんごの収穫は私たちも1個1個手作業で行っています」と伊藤公一さん。これから「ひめかみ」「早生ふじ」が次々に食べ頃を迎える。「どれも本州で作られた品種ですが、今は気候の問題で北海道の方がおいしいりんごができるんですよ」という伊藤さんの説明に、参加者からは驚きの声が上がっていた。

昔ながらの稲刈りに挑戦し、未来の農業を垣間見て、たくさん生産者と触れ合った参加者たち。子どもにも親にも思い出深い1日になったに違いない。

JAバンク北海道

2019 さしあげ マスマス

お申し込み、詳しい内容は、お近くのJAバンク窓口へお気軽にお問い合わせください!

http://www.jabank-hokkaido.or.jp

先着でさしあげ マス

2019年12月30日(月)までに、右記のいずれか1つでも新規お取引の申し込みされた方

よりぞうグッズなどプレゼント!

抽選でさしあげ マス

2019年12月30日(月)までに、左記のいずれか1つでもお取引された方

JA特産品を抽選で5,000名様にプレゼント!

お取引された方

- 年金受取で
- 年金振込口座のご指定
- JAネットバンクで
- JAネットバンクのご利用開始

お取引された方

- 給与口座で
- 給与振込口座のご指定
- JAカード入会
- JAカードのご入会