



恭賀新年

今年の正月は、久々にゆっくりしました。
松の内が明けても、正月ボケが残っているようです。
昨年、大雪にはじまり、SARS、イラク戦争、夏の大雨、
秋の渇水と大変な一年でした。

今年こそ、良いことがあってほしいと思います。

今年も よろしくお祈りします。

さて、今年の抱負！？

先日の新聞の取材で話したことと同じですが・・・

最近、いろんな事に関わりすぎて、
野菜づくりの時間が足りなくなっています。

そこで、今年は 活動を整理して
農業生活を楽しむことにします。(本来の姿)

目標、100種類の野菜
年間を通じて、山仕事

今週の野菜セット

ほうれんそう、白菜、大根菜、ブロッコリーわけぎ、サニーレタス
にんじん、だいだい、粕漬
の中から 7品目の組み合わせです。

今週の野菜と料理



だいだい 橙

蜜柑(みかん)科、学名 Citrus aurantium

・古い時代に中国から渡来した。秋頃にできる実は酸味が強く苦味があり、
"bitter orange"とも呼ばれる。実は最初は緑で、冬にだいだい色に変わるが、
実は落果しにくいためにそのまま次の年の夏まで残ることがあり、その場合また緑になる。
そこから「回青橙(かいせいとう)」という名前もある。そしてまた次の冬がきたら再度だいだい色になる。
こうして、一つの木に新旧の実がなるところから、「代々(だいだい)」の名がついた。(名前としてはふつう「橙」が使われる)

- ・花や葉っぱを香料に、実を酢やジャムとして用いることもある。
- ・別名「サワーオレンジ」「ビターオレンジ」

お手製の 橙(だいだい)「ポン酢」を作りませんか

<築地仲卸 伏高 <http://www.fushitaka.com> > を参考

用意する材料は

- ・醤油
- ・柑橘果汁
橙(だいだい)、スダチなどを手絞りすれば本格的です。
- ・味りん
醤油：柑橘果汁：味醂の割合は「5：5：1」が目安です
- ・かつお節



- ・昆布
かつお節と昆布の量はお好みでどうぞ。ダマされたと思って、一度、かつお節と昆布を思いっきり入れてみてください。本当においしいですから。

さあ、作りましょう

大きめのボールに、醤油、柑橘果汁、味りんを入れてかき回します。

次に・・・

かつお節と昆布を入れます。
ボールいっぱいにかつお節を入れても、時間が経つと沈みますからご安心を。
そして、一晩待てば出来上がります

一晩経ったら、ボールの中身を濾してかつお節と昆布を取り出せば、お手製「ポン酢」の出来上がりです。

お知らせ

- 2月14日(土)から15日(日) 昼まで 林業研究グループ主催
「プロに学ぶ山仕事」森林ボランティアリーダー養成講座
於。たしろ少年自然の家 参加費4000円
チェーンソーの使い方、間伐作業、チェーンソーアートなど

- 2月15日 合馬むらづくり協議会と食農塾 主催
「合馬のスローフードとスローライフ」
第1部午後3時30分から 合馬のスローフード 農産物直売所にて
第2部午後6時から 合馬のスローライフ 竹林公園にて

『スローフードな人生』著者、島村菜津さんと共に語る

このチラシの背景は、だいだい です。

のうみ農園

〒807-0081 福岡県北九州市八幡西区小嶺 3-16-8

tel 093-612-2647

fax 093-612-2653

<http://www.nomi-farm.com>

E-mail: nomi1@orange.ocn.ne.jp

by Toshio

