



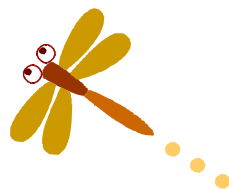
ピカピカの一年生も、一ヶ月が過ぎ、給食も始まっています。4月ももうちょっとで終わり。新しい春が始まっています。でも、この4月は、いやな事もありました。

自己責任！？ この言葉が多くの人を苦しめ、多くの憤りを生みました。この国に、「国民を守る国家」はなく、「国家を守る国民」のみが強調された4月でした。

もう一つ、新しい春の始まりです。今年も、いよいよ赤米作りの始まりです。赤米、黒米に加えて、緑米も作ります。昨年の赤米作りの様子を、右下の写真で紹介しします。皆さん！思い出しましたか。詳しくは、ホームページ。このチラシの背景に、赤米、黒米、緑米の籾と玄米の写真を入れています。29日の種まきに向けて籾を水に浸け、催芽(さいが)の準備をしています

<これからの古代米作りの予定>

- 4月29日 種まき
- 5月30日 田植え
- 夏 - - 草取り
- 9月初旬 赤米花見
- 10月初旬 緑米 稲刈り
- 10月中旬 黒米 稲刈り
- 11月初旬 赤米 稲刈り
- 11月下旬 脱穀籾すり作業 収穫祭



赤米(筑紫赤もち)

黒米

緑米

今週の野菜と料理

穂先だけのこ

のびた孟宗竹タケノコの柔らかい穂先です。

今の時期に、竹林に背丈以上に伸びているたけのこを「穂先だけのこ」といいます。これを刈り取って湯がけば、味、香り、食感ともに優れた、しかも健康によい食材になります。福岡県のタケノコ生産は、国内生産量の27%を占め、全国一の生産量を誇っていますが、現在ではピーク時の4分の1にまで減少しています。また、タケノコの輸入量は国内消費量の9割を占め、主に中国から輸入されています。このような状況下、タケノコの生産を中止し、放置された竹林が増え、隣接する森林や農地に侵入するなど、大きな社会問題となっています。

この問題を解決するには、まず竹を伐り、侵入する根茎を防止することが第一ですが、成長した竹を伐ることは大変は労力を要します。

ところが、竹に成長する直前の比較的柔らかい時期なら、容易に手でもぎ取ることもできます。この先端部の穂先はアクが少なく、味が淡泊で柔らかく、歯触りが良く甘みがあるため、北九州では、水煮たけのことして、昔から出荷されています。自然環境や竹林保全のために、穂先だけのこを利用することは、大変有効で美味しい手段です。穂先をどんどん食べましょう。29日のたけのこ狩りでは、美味しい煮付けを沢山作って、皆さんをお待ちしています。

鳴門わかめと穂先だけのこ - 材料4人分 -

<材料>

- 穂先だけのこ.....小2コ 鳴門わかめ(乾燥).....5g
- だし汁.....3カップ
- 砂糖.....大さじ2 薄口醤油.....大さじ2

<作り方>

- 1、下ゆでしたたけのこを適当な大きさに切る。
- 2、だし汁にたけのこを入れ砂糖を加えて約10分間煮る。
- 3、薄口醤油を加えてさらに約10分間煮る。
- 4、水戻しして、適当な大きさに切ったわかめを加え、ひと煮立ちさせる。



できあがり！！



今週の野菜セット

5月第1週(4日)は、休みます

穂先だけのこ、粕漬け、スナップエンドウ、新玉ねぎ、
サラダセット、切り干し大根、野菜ジュースセット、リーフレタス

<リーフレタスにアブラムシが付いています。洗えば、簡単にとれます>
今回のチラシは、カラーコピー機の故障のため、モノクロです。

お知らせ

- 4月29日10:00 ~ 里山の会 赤黒米種まき & 籾刈り
- 5月16日 無法松(山家酒造)第2回酒蔵コンサート
午後3時から 昭和蔵 参加費2500円 トリオ・ロス・ファンダソノ演奏

のうみ農園

tel 093-612-2647

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

〒807-0081 福岡県北九州市八幡西区小嶺 3-16-8

fax 093-612-2653

http://www.nomi-farm.com

by suzuyo