



21日(土)日は、2回目のタケノコ掘りとタケノコ料理の宴をしました。今回も好評、子ども10人大人9人と我が家族で大いに楽しみました。新たな参加家族もありましたが、いつもの慣れたメンバー、タケノコ掘りも上手になりました。タケノコの穂先が曲がっている方向に根があることや、タケノコの皮の状態を見て、どのくらい下に根があるかなど、初めての参加者に教えていました。また、枯れた竹があると、要領よく片付けるなどプロ並です。来年の竹林整備は、この3年手入れが遅れている山の竹林でやろうと計画しています。このメンバーだと楽しみです。



さて、タケノコ掘りの後はタケノコ料理。「タケノコと椎茸、小松菜の混ぜご飯」「タケノコの煮込み」「タケノコの含め煮」「たけのこの餃子」「タケノコの木の芽和え」「タケノコとイカのバジル和え」「タケノコのお好み焼き」そして「手打ちうどん」など豪華なメニューでした。

宴の後も、タケノコの皮むき、茹でるなど手慣れた作業。16人が我が家に泊まりました。広い家なのですが、これだけの人数だと、さすがに家が狭く感じられました。

我が家は、楽しいこと大好きです。みんなおいで！

「くらし」を楽しむ vol. 200704d 「農」と「食」そして「くらし」を結ぶ  
前回、哲学者の内山節さんを紹介しました。ひと月の内、群馬県上野村の山村に1/3、東京1/3、残りは全国を廻っているような生活をされています。とりわけ上野村でのくらしの中で、「自然」や「里」についての思索が興味深く感じられます。著作に「里」という思想」という本があります。・・・つづく



今週から、クール便でお届けします。

生産者 野菜 無 - 無農薬 / 減 - 減農薬  
のうみ 水煮たけのこ 無 / 小松菜の菜の花 無 / 切干し大根 無 /  
ふかまち 玉ねぎ 無 /  
水煮たけのこ・・・届いたら、必ず袋から出し、流水でよく洗い、水に浸けて、冷蔵庫で保存してください。すぐに調理しないときは、毎日水を換えてください。

来週(5月第1週 5/1)は、連休と野菜不足のため休みます。  
(一週)8日 (二週)15日 (三週)22日 (四週)29日でお届けします。



タケノコの縦割り

今週の野菜と料理

水煮たけのこ イネ科

若葉が美しい時期になり、タケノコはピークを越しました。タケノコは、さらに深いところの根から生えてきます。タケノコ掘りは、根っ子との格闘です。干しタケノコ作りも進み、晴天の日には庭に天日干し用ザルの華がさきます。



今回から、「水煮たけのこ」をお届けします。早くから「水煮で送ってほしい」というご希望がありましたが、クール便などの関係で今回からです。このところ、毎回タケノコを入れていきます。

この時期にしか食べられないので、いろんな料理にして、お楽しみ下さい。この「水煮たけのこ」は昨日(23日)掘り、すぐに皮を剥き、薪で茹で、一晚流水(地下水)にさらし、24日の発送前に袋詰めしたものです。充分、水にさらして調理してください。

タケノコ料理 part2 穂先と根本に分けて調理します。

タケノコの含め煮

- <材料> かつお節、薄口しょうゆ、塩、水煮タケノコの穂先
- <作り方> 水煮タケノコの穂先は、縦にスライスしておく。
- ・鍋にたっぷりのかつお節と水を入れ、5分ほど沸騰させる。
- ・ザルでかつお節を濾し取る。
- ・このだし汁を沸騰させ、薄口しょうゆと塩で味を調える(少し濃いめ)。
- ・切ったタケノコを入れ、一煮立ちさせ火を止める。
- ・1時間ほどで味が浸みる。皿に盛り、木の芽をそえて、出来上がり。



タケノコと菜の花の混ぜご飯(ちらし)

- <材料> ちりめんじゃこ、シメジ、あげ、小松菜の菜の花(各々好みの量)
- ・濃い口しょうゆ カップ1/3、砂糖大さじ1、米3合、水煮タケノコの根本
- <作り方> 水煮タケノコの根本は、縦3ツ割にし、横にスライスしておく。
- ・濃い口しょうゆ カップ1/3 と水 カップ2/3、砂糖大さじ1、ちりめんじゃこを鍋に入れ沸騰させる。
- ・味が薄ければ、しょうゆを足す。(濃い味付けにする)
- ・これに、タケノコとシメジを入れ、煮る。煮汁が1/3になったら、刻んだアゲを入れ煮詰める。
- ・小松菜の菜の花をさっと茹で、刻んでおく。
- ・米3合を炊飯器で炊く。炊きあがったら、大きなボールに移し、煮詰めた具と刻んだ菜の花を、シャモジで切るようにして、混ぜ合わせる。器に盛って出来上がり。



他に、スライスした水煮タケノコと軽く茹でたイカをバジルペーストで混ぜた和え物もバツグン!



赤米、黒米の種まき

5月5日午前9時から、農園倉庫とハウスにて  
弁当持参、作業は午前中で終わります。

