



2007年 12月 第4週
 週間ニュース
 vol.178 2007.12.25 tue



〒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://nomi-farm.com> mail: nomi1@orange.ocn.ne.jp



キャンドルナイト 2007.12.22

2007年最後の野菜セットです。嬉しいこと、感動した出来事、そして悲しいこと、腹立たしい事件、今年も沢山ありました。あまり思い出したくない事の方が多いようですが、もう数日すると新しい年です。新しい年に新しい願いを・・・

偽 これが今年を括る漢字だそう
 です。「人の為」と書いて、なぜ「いつわり」なのでしょう。いろいろ「いつわり」が、連日報道を賑わせました。食品の偽装など、腹立たしい限りです。「くらし」「命」に直結

する「食」に関わる問題です。何を頼りに、何を信じればよいのか・・・考えさせられる課題です。マスコミ報道を見ていて、ある種の危惧を感じます。「私たちは、自分の頭や身体で考えているのだろうか」という危うさ。マスコミに流されていない？自分で判断している？食品偽装のおかげで、最近、商品の裏ラベルを見る人が増えたようです。自分で判断する上で大事なことです。「賞味期限」を厳格に守る人も増えたようです。ちょっと待って！賞味期限切れは、本当に食べられないの？誰が判断した？期限がそこに書いてあるから？賞味期限と消費期限って知っている？いずれにしても「食べられる・食べられない」の判断は他がしているようです(食の外部評価)。こればかりで良いのでしょうか？

私たち人間の生物としての能力を考えてみましょう。今まで生きて来られたのは、多少の犠牲をとともないながらも、安全な食べ物と危険な食べ物を食べ分けることが出来たからです。先ず「変な臭いはないか」臭ってみる。口に入れてみる「いやな味はないか」。悪い物を飲み込もうとするとノドが受けつけない。それでも飲み込むと嘔吐したり、下痢をする。これは、人間の持つ生命維持能力なのです。そんな能力を、私たちは大事に育てているのでしょうか。自分で判断することの大事さを忘れてはいけません。これが、今年の終わりに思ったことです。そして・・・

偽「人の為」、この人は他者ではなく自分。「自分の為」だから「人(他人)を偽(いつわる)」、悲しい人間の性なのか？そうではない新しい年の始まりを期待しています。



ロウバイが咲き始めました



生産者
 のうみ
 しげずみ

野菜 無 - 無農薬 / 減 - 減農薬 下の7品目です。
 だいだい 無 / かぶ菜 無 / かぶ三杯漬け 無 / 赤米 無 /
 ブロッコリー 減 / 白菜 減 / かぶ 無 /



かぶ三杯漬け・・・この時期、一番美味しい一品です。
 かぶ、金時人参、柚、昆布を塩(シママース)と砂糖、米酢、柚の酢、柚こしょうで漬けました。冷蔵庫で正月までOK
 だいだい・・・正月のお飾りではなく、酢(果汁)と皮をお使い下さい。
 正月料理の合間に、だいだいのサッパリお粥はいかがですか。
作り方:冷やご飯をザルでほぐしながら洗います。鍋に多めの水と洗ったご飯を入れ、炊きます。沸騰し、ご飯が軟らかくなってきたら、塩で味を調べ、半割にしてくださいを絞り、果汁(酢)を入れます(種も一緒に)。これを碗に入れ、薄く削り細切りにしてくださいの皮を少しかけて出来上がり。豚バラ肉の細切りを粥と一緒に炊いても美味しいですよ！
 かぶ菜・・・今回は、株を洗っています。茹でて酢で頂くなど素朴な調理が美味しいと思います。熱を加えすぎないことがポイントです。
 かぶ・・・大きなかぶには、皮の下に堅い繊維があります。皮を厚く剥くのは、皆さんご存知です。残った皮を捨ててはいけません。細切りにして、きんぴらなどの炒め物にすると美味しいですよ。
 赤米・・・米1合に大さじ2の割合。玄米ですから、1晩水に浸けてください。赤米の赤飯で、おめでたいお正月を！

今週の野菜

白菜 アブラナ科

蕪と漬け菜が自然交配してできた中国から伝わった野菜です。中華や韓国、そして日本の冬の料理に欠かせない野菜です。煮物、炒め物にはよく使われますが、意外と和え物やサラダにもよく合います。
 使うときは、いきなり半割にせず、丁寧に葉を1枚ずつ葉がして使ってください。最後の芯まで美味しく頂けます。保存は新聞紙でくるみ、立てて冷暗所に置く。来春1月の野菜セットには、「白菜漬け」を入れる予定です。
 そして毎年のごとくですが、美味しい漬け方を紹介します。

よい年を、お迎えください！



この一年間、皆さまのおかげで無事に過ごすことができました。ありがとうございました。

年始の野菜セット

1月は第1週(1日)は休んで、第2週(8日)からお届けします。