



2008年 4月 第3週
 週間ニュース
 vol.191 2007.04.15 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



庭のコブシも桃も花が終わり、花水木の白や赤のガクが開き始めています。

このコブシですが、シデコブシといいます。園芸店では、ヒメコブシという名で販売されています。もともとは岐阜や愛知県周辺の湿地の外縁に生育する珍しい植物です。花の咲く植物では、最も古いタイプで、恐竜時代から今の姿を留めて

いるそうです。写真は花の中心部をマクロで撮ったものです。雌しべは一つではなく、螺旋状に沢山ついています。珍しい形です。

私たちの周囲に、沢山の植物があります。花壇であったり、畑であったり、里山であったり。よく見てみると、どれも不思議な魅力にあふれています。その不思議を考えるのも楽しいものです。

私たちがいま進めている里山トラスト会議では、里山保全活動が目的ですが、里山を通して自然との関わり方を問い直すのも大事な目的です。自然とヒト、里山とそこに広がるムラの暮らし。そこに「暮らし」のヒントが・・・ 里山トラスト会議の大きな目標は、私たちの生活になくてはならない「暮らしの環境」をトラストすることです。



ネギの花です(ねぎ坊主)

サラダ玉ねぎ・・・サラダ玉ねぎは茎が倒れ、玉がさらに肥大してきました。生が美味しいサラダ、加熱料理もOK。

先週紹介した玉ねぎ料理「月下美人」をもう一度

材料 簡単！玉ねぎ料理「月下美人」

玉ねぎ 1個、塩こしょう、バジルなどの好みのハーブ、醤油など少々

作り方 1、玉ねぎを根と茎の部分を切り落とします。

根の部分は少し多めに切り落とします。

2、次は、玉ねぎに8等分の切り目を入れます。右の写真を参考に、上から3/4切り込み、下を1/4残し、つながった状態に。

3、深めのお皿に入れ、洋風の場合は塩こしょうとハーブをかけ、ラップで軽く蓋をします。和風の場合はなにもかけず、出来上がったときに醤油をかける。

4、これを電子レンジで4分(600W、強)加熱して出来上がり。

小さな春キャベツ・・・いよいよキャベツも終わり。生でも茹でてでも美味しい。ザク切りにし、鍋に入れ、水からコンソメ1個で炊きます。塩で味を調え、薄緑色のきれいなキャベツスープの出来上がり！**注意；葉の間にナメクジあり！**

高菜青漬け・・・今回で高菜の青漬けは終わりです。とう立ちを始めた株の上の方を漬けました。茎の皮が少し固いですが、細かく刻むか、皮を薄く剥いてください。高菜は、来週から古漬けのための最終的な漬け込みに入ります。お盆過ぎに完成です。お楽しみに！ 塩と唐辛子と乳酸発酵だけです。



年中ねぎ ユリ科ネギ属

ネギの花(ねぎ坊主)が咲き始めました。ワケギも大ねぎも年中ねぎも、玉ねぎにも花がついたものがあります。花が成熟し種子が出来る頃は初夏、そして梅雨に入ります。チャイブやアサツキの花は、もう少し後のようです。

さて、今回お届けする年中ねぎは、我が家に昔から伝わるねぎです。母の記憶では、「嫁に来たときには既にあった」から60年以上。これから株分けの時期です。60回以上も株分けしながら、大事に育ててきたのですね。ワケギは、これから球根を肥大させ、茎は枯れてしまいます。しかし、年中ねぎは、花が咲いても茎は枯れずに、1年中、ねぎを美味しく頂けます。だから、勝手に年中ねぎと名を付けたのかも知れません。

株が要る方は、ご連絡下さい。差し上げます。



<農園お知らせメールの登録について>
 行事の連絡や週間ニュースなどを配信
 ご希望の方は、
 パソコンのメールアドレスを登録してください。

随時、タケノコ掘りをしています。ご家族でいかがですか。
 ご希望の方は、ご連絡ください。日程調整します。参加費500円



5月の野菜セットの休みについて
 5月第1週(5/6)の野菜セットは休みます。
 ご希望の方は、第2週(5/13)に変更します

生産者	野菜 無 - 無農薬 / 減 - 減農薬	下の5品目です
のうみ	たけのこ 無 / サラダ玉ねぎ 無 / 年中ねぎ 無 /	
	小さな春キャベツ 無 / 高菜の青漬け 無 /	

タケノコの茹で方・・・皮を剥きます。頭の部分を切り落とし、縦半分に分けると剥き易いです。これをよく洗い、たっぷりの水を入れた鍋で、水から炊きます。沸騰して20分、火を止め、流水に浸けてさらし、冷やします。水に浸けて、冷蔵庫に保存。アケビの花が咲き始めたらタケノコのピークです。来週まで、生でお届けします。その後は、水煮にしてお届けの予定。

美味しい炊き方 タケノコ煮の味付けに自信のない方のために！

タケノコは、大きめの一口大に切ります。根本(下から2/3)は横切り、穂先は縦切りが基本。親鳥の切り身とタケノコを鍋に入れ、ひたひたの水と砂糖大さじ1を加え、途中うすくち醤油を味をみながら足して炊く。沸騰して20分で火を止めます。冷めるときに味がしみます。

シイタケを入れるときは初めから一緒に炊きます。フキは水煮しての火を止めてから入れる。

味付けのコツは、味を見ながら醤油を入れ、好みの味に整えること。少し薄目がポイントです。

