



2008年 5月 第2週  
**週間ニュース**  
 vol.193 2007.05.13 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



ニゲラ

2週間ぶりに週間ニュースを書くために画面に向かっていました。しばらく休むと、文章を書きリズムが狂ってしまって、苦闘しています。この間に、ガソリンは高低高、ミャンマーのサイクロン被害拡大と混乱、中国での大地震、そして殺人や人を傷つける事件も沢山ありました。あまりの展開の速さに、チベット問題を忘れてしまいそうです。大事なことは、しっかり心に刻み考えていかねばなりません。畑では、ナスやピーマンなど夏秋野菜の植え付けが終わり、豆の収穫がピークを迎えています。高菜のちょっと小ぶりの黄色い花が咲き、ニンニクの芽がニューッと伸び、草たちが勢いよく茂っています。そして、虫たちが元気いっぱい活動しています。畑にいと、世界が無限に平和な錯覚に陥ってしまいます。決して平和ではない、不安に満ちた世界で私たちは生きています。そんな中、田畑や山、里山がほんの一瞬でも、私たちに安堵を与えてくれることに感謝します。



今回から  
クール便で送ります。

生産者	野菜 無 - 無農薬 / 減 - 減農薬
のうみ	スナップエンドウ 無 / 穂先たけのこ 無 / サラダ玉ねぎ 無 / ツワブキの佃煮 無 / キャベツ漬 無 /

野菜の種類が少なくなっています。葉物はほとんどありません。夏野菜には早すぎる。しばらくは、野菜の端境期が続きます。加工品が多くなります。ご理解をお願いします。



これは旨い！

**穂先たけのこ**・・・孟宗竹の伸びたタケノコの穂先です。茹で方や調理の仕方  
のポイントを、2005年5月第1週の週間ニュースに詳しく載せていますので、資料  
として添付してお届けします。

先週の土曜日、里山トラスト会議で穂先たけのこ刈りを予定していたので  
が、雨のため中止してしまいました。この時期だけに食することの出来る美味しい  
タケノコです。この後は、ハチク、ゴサンチク、マタケと別の竹のタケノコに季節は  
移っていきます。

**ツワブキの佃煮**・・・伽羅落ともいいます。前は生でお届けしましたが、ちゃん  
と調理できましたか？ 軍手をした手でツワブキの茎の綿毛を取ります。5cmほ  
どの長さに切り、アク抜きのためにしっかり茹でます。水洗いし、ザルに上げ、水気  
をとります。小豆島の丸大豆醤油1ℓに水1ℓ、北海道のてんさい糖800g、トウ  
ガラシを混ぜ、この液でアク抜きしたツワブキを煮詰めて作りました。2日かか  
りの仕事です。味わってください。

ツワとツワブキの違いは？スジの通ったフキ、孔のないツワブキ。

**サラダ玉ねぎ**・・・早生玉ねぎも終わり、晩生の玉ねぎと赤玉ねぎがもうすぐ  
収穫です。サラダ玉ねぎは傷みやすいので、6月までに使い切る予定。

注意；サラダ玉ねぎの表皮が傷んでいるように見えます。しかし、これは傷んで  
いるのではありません。水分が多く、皮が柔らかいためです。皮を1、2枚剥くと綺  
麗な玉ねぎが現れます。

**キャベツ漬**・・・最後の春キャベツを半月漬けました。単純に塩とトウガラシで、  
しっかり乳酸発酵させました。ピリッと酸味にきいた漬け物です。刻み、しっかり水  
分を絞って食べてください。醤油で和風に、ウイキョウを加えて中華、ディールシ  
ードでドイツのザワークラウト風に！試してみてください。



## スナップエンドウ

マメ科

スナップエンドウ、それともスナック  
エンドウ？どちらが正しい呼称なの  
かは分かりません。茹でただけで、莢ごと美味しく食べられるのでスナックと呼ばれるのかも知れません。一昨日、食  
事会の折に、料理のつなぎにスナップエンドウを沢山茹でて皿に盛ったところ、エンドウ嫌いな客も含めて皆で、瞬  
間に食べてしまいました。茹でる以外にも、いろいろ調理で  
きます。スナップエンドウの豆ご飯も美味しいですよ。



このところ毎週のように、いろいろな皆さんに、  
農作業のお手伝いに来ていただいています。ありがとうございます。  
これからも、よろしく願います。助かっています！