



2009年 2月 第1週

週間ニュース  
vol.223

2009.02.03 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



2月に入り、庭の寒緋桜(上の写真)が咲き始めました。そして、今日は節分。節分とは、字が示すとおり、季節の分かれ目の日ということです。四季がありますから、節分も4回あります。豆まきだけが節分ではありません。一年にたとえると、節分はちょうど季節の大晦日にあたります。冬の最後の日が2月の節分です。だから、翌日の4日(今年は)が立春、春が始まる日です。陰暦の正月(旧正月)とは違いますが、この地域では昔、この日を旧の正月として、餅つきをしたり、雑煮を頂いたりして、新しい年の五穀豊穡、無病息災を祈りました。今ではなくなった伝統の行事でした。春の始まりに、万人の、この一年の無事を祈ります。



生産者 無 - 無農薬 / 減 - 減農薬  
下から5品目です  
のうみ 白菜漬け 無 / 農園うどん  
しげずみ かぶ 無 / ブロッコリー 無 /  
ほうれんそう 無 / 小松菜 無 /

第1週のみの方に、特製うどんを入れています。

農園うどん・・・糟屋の無農薬小麦を鹿児島県指宿の小さな製麺所・松山さんにうどん(乾麺)加工をお願いしました。麦麩や小麦粉を作った同じ小麦です。麺が折れやすいので、やさしく扱ってください。



### 簡単！漬け物の漬け方

第一のポイントは、塩水を作ること。何%などは気にしない。思い切り塩辛く作る。容器に1/3から1/2まで水を入れ、溶け残るくらい沢山の塩を入れます。ここで刻んだトウガラシも入れます。

の塩水に野菜を漬けます。白菜は半割にし、さらに株元に数カ所切れ目を入れます。キャベツも同じ、大根などは皮を剥き、半割にします。青菜は株元を良く洗い、そのまま漬けます。中蓋をし、野菜の重量の3、4倍くらい思い切り重石を乗せます。

そのまま1日漬けておく、野菜がしんなりします。

(キャベツは2日)ここで漬け直すのが2番目のポイントです。

野菜全体を絞って揉みます。これを容器にきれいに並べながら漬けていきます。中蓋をし、の半分の重石をします。そしての漬け塩水の味をみて、自分の好みの塩加減に、水で薄め、容器の重石が半分浸かるくらいまで入れます。

この漬け直し、塩加減を調える作業は、必須です。ポイント！

そのまま漬けて、数日すると出来上がり(青菜は翌日)。

塩を思い切り使うのがポイント。少なくすると失敗の確率が増します



### 農園の販売加工品と価格例

- ・粕漬 200g 300円(酒粕とキビ砂糖3回漬け代えた奈良漬です)
  - ・白梅干 200g 300円(天日干し、熟成させました)
  - ・ラッキョウ 200g 300円(無農薬酢とキビ砂糖、シマース塩で漬けました)残り少し!
  - ・袖こしょう 50cc 300円(完熟袖を使い、1年以上熟成させています)
  - ・ねり赤こしょう 50cc 300円(シマース塩で1年以上熟成させています)
  - ・赤米 1合 300円(夕やけもち 白米1合に大きいを混ぜて炊きます)
  - ・黒米 1合 300円(長粒子もち 白米3合に大きいを混ぜて炊きます)
- ウインドファームの無農薬コーヒー豆も取り扱っています。  
有機栽培「カルロスさんのコーヒー」豆 1袋200g 840円  
ご注文の方は、ご連絡下さい。野菜セットと一緒に送ります。

### ほうれんそう、小松菜、ブロッコリー、かぶ

・・・冬の野菜が、最近の寒でさらに甘みが増し美味しくなっています。寒くなると、野菜たちは、せっせと糖分を作り出し、細胞に貯め込みます。このおかげで、野菜は凍らずにすみます。この時期美味しくなるのは、このためです。春も間近、2月末から3月にかけて、ねぎ類を除いて、ほとんどの冬野菜たちは花を咲かせます。野菜の端境期ももうすぐ。野菜たちは花を咲かせ、子孫を作るために頑張ってきたのです。その花たちも、素晴らしく綺麗です。ありがとう！機会があったら、この花の特集をしましょう。

宿題 ゴボウはどんな花を咲かすでしょう？

焼き米・・・嘉麻市の友人(松熊さん)が、またまた面白ムーブメントを思い立ちました。そこで、皆さまにお願いします。

今回、野菜セットに「焼き米」1合を入れてあります。食べ方は、別紙を入れてありますので、参考にして下さい。もともとは、飢饉などに備えた保存食で、全国各地に伝わっているようです。作り方も様々。今回の物は、大分の作り方で、フレーク状に漬けてあります。粉の状態で煎って、粉摺りし、圧扁したものです。最近、健康食として静かなブームのようです。そこで、食べた感想などをお知らせ下さい。商品化するかどうか検討中。<感想の送り先>

農園のホームページから、またメール(t@s26.jp)で

FAX(093-612-2653)、直接電話(093-612-2647)でもOKです。



### 白菜漬け

アブラナ科野菜の塩漬け加工品

寒じめミニ白菜を漬け物にしました。

白菜は、もともと中国の野菜です。他の野菜とはちょっと違った経歴をもっています。野生種から進化した物ではなく、カブとチンゲン菜の仲間が交雑してできたものです。日本には、明治の時代、日清戦争の際に、兵士が種子を持ち帰り、名古屋で栽培が始められたと記録されています。意外と新しい野菜です。時代劇で、白菜漬けが出てきたら、これはウソ。時代考証が出来ていない。ありそうな話です。



「葉山の森」里山整備作業  
2月15日(日) 9:00 ~ 15:00

「奥田の森」里山トラスト会議  
竹林整備作業  
2月21日(土) 9:00 ~ 13:00

