

畑からのメッセージ

新鮮組通信 FROM おきたま

◆今日の野菜情報 (1 月 22 日)

塩抜きしてあげるので、頭とえを切らずそのままお召しあがり頂けます。
 (しょうがしょう油をカキつけて、又は一夜漬けてお召しあがり頂けます)

品 目	量 目	農薬状況
雲地康夫 <small>さんの</small> 人参	500g	無
武田信子 <small>さんの</small> じゃがいも (キトアカリ)	500g	無
渡部伝吾 <small>さんの</small> 白菜	1ヶ	無
寺島一朗 <small>さんの</small> 大根	1本	無
佐藤和弘 <small>さんの</small> 小松菜	1束	無
酒井久和 <small>さんの</small> さつまいも	600g	無
大石博子 <small>さんの</small> わらび漬	1束	無
自然工房の舞たけ	1P	無
鈴木利一 <small>さんの</small> りんご (フジ)	3ヶ	低

◆今日の畑情報

みなさん、こんにちは。いかがお過ごしでしょう。15日の小正月についたとりに餅を20日に焼いて食べて、やっとお正月が終わった感のある置賜です。今まで考えたこともなかったけれど、1月は餅を本当によく食べます。子供の頃からそうやって育ってきた私は気にならず、お正月のころのことなのですが、同じ置賜出身とはいえ、町場生まれのたんはなは、口には出さないものの、きっとカルチャーショックに違いありません。それからこの冬良く食べるものは、なんといっても大根・白菜です。秋に自家用に育てたこれらは、今まで一番うまいきいづいづに豊作でした。なので毎日大根又は白菜が食卓にのぼります。でもどちらも使い勝手がよく、あきがこない、なんとも優秀な食材です。冬露地では何も育てられないこちらの地方では、長期保存のきくこれらの野菜(他には長ねぎ、キャベツ、根菜類等)で暮らします。今はスーパーマーケットでなんでもそろそろ時代ではありますが、子供の頃の食習慣のおかげか、お正月のものを食べなくならないから不思議。今日は大根を何に食べようか、白菜をどうしようか、それが私の

▼来週の子定(1/29発)

玉ねぎ、じゃがいも、ごぼう、ほうれん草、長ねぎ、なめこ、りんご他

▼再来週の子定(2/5発)

玉ねぎ、人参、キャベツ、白菜、春菊、赤かぶ漬、キウイフルーツ他

おすめ 今日の別注品

金子光雄さんのガシ喰い豆

以前も御紹介しました
 380円 / 300g
 簡単黒豆の煮方。

1. 豆を洗う
2. 豆1カップに対して、砂糖1カップ、水5カップを鍋に入れ、一晩つけておく。
3. ②を火にかけて、煮たところまで弱火にし、豆がやわらかくなるまで煮る。豆の煮汁が少くなるので、何度か水をたす。
4. やわらかくなったところで、お好みで塩・しょうゆを加える。
5. 最後に水が少くなるまで煮、つめてできあがり。

★ハナ子さんの最後のひとまぜ 一時
 煮つめすぎると豆が固くなるため、煮汁から豆だけを取り出し、残った煮汁だけを煮つめ、終わったならまた豆をもどします。そうすることで、程良い固さの豆に、いい味の煮汁ができてあがります。

最近のささせかな悩み事です。