

ようこそ畑へ

2010年7月5日(月)・8日(木)

7月に入りました。秋採りのキャベツ、大根、白菜、葉物野菜を除いて、種まきや苗を植える作業がひと段落しました。これからは草取りが主な作業になります。

一般的に、草は作物の敵とみなされ、徹底的に排除されます。もちろん、自然栽培は放任栽培ではありませんので、草取りはしますが、畑の草の存在をどう見るか、これが大切だと感じています。

自然栽培においては、過去に畑に投入された肥料や農薬が虫や草の主な原因になると考えます。草は、過去に投入された肥料や農薬を吸い上げて土をきれいにしたり、その根によって土を耕したり、土が本来の力を発揮できるようにするために、その場所に生えてくるのだと考えます。

土が清浄になり、土が作物に適したものになってくると、作物の生育を妨げる虫や草は少なくなっていくと言われています。本来は根が強く深く張る作物を植えて土を浄化していく作業が必要なのですが、全ての畑でそれをすると野菜が作れなくなりますので、少しずつ土の浄化に取り組んでいくことになります。

そのため、まだ完全に浄化されていない畑では虫や草が発生することにより、土を浄化していく手助けをしてくれていると考えられますし、畑がまだまだ向上の余地があることを教えてくれているように思います。であれば、虫や草は忌み嫌うものではなく、むしろ、感謝すべきものかもしれません。

とはいえ、草が伸び放題では、作物に日が当らなくなってしまいますので、感謝しながら草取りをすることになります。草取りをして1、2日すると、作物はぐっと輝きを増します。まるで、草を取ってくれてありがとう、と言ってくれているようです。少し腰が痛くなりますが、草を取る僕も「ありがとう」、作物も「ありがとう」、そんな7月を過ごしていけたらいいな、と思っています。

伊達家の食卓

【レタス】

外葉も全部食べられます。生で食べるときは、中心部の小さい葉ほど味わい深いと思います。

伊達家ではレタスの葉を手巻き寿司風に食べました。酢飯を用意し、ツナマヨ、納豆、炒めたひき肉など、お好みでレタスの葉で巻いて食べます。あっという間にレタス1個がなくなりました。

また、レタスをしゃぶしゃぶ風に湯がいて、ポン酢などで食べのもおいしいです。

【小かぶの葉】（間引き菜）

小かぶの間引き菜です。小松菜と同じようにおひたしなどにして食べてください。来週には、小かぶをお届けできると思います。

【さやえんどう】（自家採種）

「仏国大さやえんどう」という品種で、一般的なものよりかなり大きくなります。農業研修を始めた2003年から種採りを続けてきているものです。

ゆでて食べても、バターで炒めて塩・こしょうをして食べても甘みがありおいしいです。生でかじっても甘みがあっておいしいです。

【ルッコラ】（自家採種）

パンにはさんで食べてもおいしいです。

【春菊】（自家採種）

かき揚げにいれてもおいしいです。