VOL.22

ファーム伊達家からのおたより

ようこそ畑へ

2010年11月9日(火)･11日(木)

【寛記】

2010年の「ファーム伊達家・旬の野菜セット」は今回で終了です。6月下旬から、21回に渡って野菜を受け取り、おいしく食べて下さったこと、野菜の感想などをメールやお手紙でくださったり、直接言葉をかけてくださったこと、そのことが僕達夫婦の大きな支えとなりました。本当にありがとうございました。

今年は、6、7月は雨が多く、夏はとても暑く、初雪はどっさり降り、と目まぐるしい天候でした。そんな中で、ズッキーニ、かぼちゃ、きゅうりはよくできましたが、初夏の葉物野菜、とうもろこし、トマト、ナスはあまりできませんでした。また、野菜が少ない時があったり、逆にちょっと多めの時があったり、と皆さんに不便をおかけしたかと思います。

僕達が新規就農して6年、毎年、多くの方が旬の野菜セットを受け取ることにより、ファーム伊達家を支えて下さって、今があります。その支えに対して、僕達は十分応えているだろうか、ということを時々自問しています。野菜に虫食いがあったり、畑に雑草があったり、収穫量の少ない野菜があったり、僕達の自然栽培にはまだまだ向上の余地があると思います。冬の間に、今年気づいたことを整理して、来年取り組むことを夫婦でよく話し合っていきたいと思います。そして、来年は、今年より、もっと美味しい野菜をお届けできるよう準備していきたいと思います。

農業は作る人と食べる人が、互いに支え合いながら、皆で守っていくものだと思います。皆さんがお米や野菜を食べることは、農地を守っていくことにもつながります。もしよろしかったら来年も皆さんと一緒に、自然栽培の旬の野菜を分かち合いながら、おいしく、楽しく、支え合う関係を作っていけたら嬉しいです。

今シーズン、お世話になりました。ありがとうございました。

【愛子】
　今年も伊達家のお野菜にお付き合いいただきありがとうございました。
　長くお付き合いしていただいている会員さんには、「味が良くなってきたね。」「野菜が立派になったね」と、ずっと応援して下さっているからこそ出る暖かい言葉をいただき、新しい会員さんからは「こんなに味の濃いお野菜は初めて食べました。」と感動していただきました。
　私達は、多くの方々に支えられていて、本当に恵まれていると思います。来年はさらに美味しいお野菜をたくさんお届けしたいと思います。ありがとうございました。

【白菜】
　「松島純二号白菜」という固定種（在来種）です。今年は、結球が遅くなり、畑において結球するのを待っていたところ、大雪が降ってしまいました。少し硬いものがあるかもしれませんが、結球したものを少しずつですがお届けします。

【ごぼう】（自家採種）
　「大浦太ごぼう」という千葉県の在来種です。太くて短いのが特徴ですが、短いといっても50から60センチぐらいあるので、掘り上げるのは結構な労力です。太くなると「す」が入りますが、柔らかくて味わいのあるごぼうだと思います。
　豚汁、なべ、サラダなどで食べてみてください。

【にんじん】
　にんじんフライを教えていただきました。伊達家でも試してみたところ、とてもおいしかったです。
①　人参を皮付きのまま４等分(大きければ８等分)します
②　塩でもみ５分おきます
③　人参を串が通るまで蒸します
④　水とき小麦粉、パン粉をつけ(人参の先は付けなくてもいい)、揚げます

【ヤーコン】

　細長く切ってあく抜きをして、肉巻きにします。下ゆでがいらないので、簡単です。

【スタミナうどんすき】

　鍋の季節なので、伊達家の定番の鍋を紹介します。

- 　豚もも肉（200ｇ）、豚バラ肉（100ｇ）は、刻みにんにく、刻みしょうが各１かけ、ごま油・酒・しょうゆ各大さじ１で下味をつけておきます。
- 　ごぼうはささがきにして、水にさらしておきます。
- 　野菜は、ごぼう、にんじん、白菜、玉ねぎをお好みで。
- 　きのこ（しめじ、えのきなど）も入れます。
- 　だし汁を煮たて、肉、野菜、きのこを入れて煮込み、みそで味をつけて、最後にうどん（ラーメンでも）を入れて、軽く煮込みます。