

# ようこそ畑へ

2011年6月21日(火)・23(木)

## 【寛記】

大変お待たせしました。今週から、ファーム伊達家・旬の野菜セットのお届けがスタートしました。毎年、始まる時は長いような気がするのですが、終わってみればあっという間の11月までの間、どうぞよろしくお願ひします。

4月からの2ヶ月半、ひたすら畑での作業に明け暮れる毎日でした。4月はあまり気温があがらなかったのですが、6月に入ってからは気温の上がる日もありました。畑への種まきや苗を植える作業もほぼひと段落、これからは草取りや支柱を立てる作業が多くなってきます。

今年の畑はスギナが多いです。スギナは、根が深く、取っても取っても繰り返し出てくる、根気強くて、家庭菜園では目の敵にされる草です。畑に肥料や農薬を一切投入しない自然栽培においては、除草剤を使って一発で退治ということはしませんので、伸びては削り、伸びては削り、ということを繰り返していくことになります。

ただし、「なんでこんなに生えてくるんだ(怒)。」とは思わないようになっています。(もちろん、作物の生育だけを考えると、ちょっと困るな、とは少し思うのですが。)

僕達が借りている畑は、元々水田だったところを畑として使っているので、畑の土が固まりやすい傾向があります。これを改善していくには、有機物(野菜の茎や葉や草など)を供給していく必要があるということが分かってきました。そこで、せっかく生えてくる草を無駄にする手はないと思い、取った草を通路に置いたりして、枯れたり、虫や微生物に分解されて、土に戻るのを待つことになります。しかし、根ごと抜き取ってそのまま通路に置くと、根付いてしまう草があるので、それぞれの草の特徴を知って付き合っていく必要があると思います。

一見、作物の生育の邪魔をしているように見える草も、見方と関わり方を変えれば、きっと畑で何かの役割を果たしてくれるのでは、と思っています。

今シーズンも、畑で展開される自然の営みに学びながら、野菜作りに取り組んでいきたいと思います。

### 【愛子】

春から夏へと季節がうつり、山なみの色や、吹いてくる風、鳥のさえずりなど、毎日ちょっとずつ変化していくのを五感で感じながら、日々畑仕事をしてきました。

今までより、畑仕事の時間が取れることになった今年、じっくり野菜(苗)と向き合って、観察をしたいなあと思っていたのですが、次々とやることがあって、特に最近はビニールハウスで育てた苗たちを畑にお引っ越しの作業(定植)でいっぱいでした。それでも、先にお引っ越ししていった苗たちを見に行くと、ぐ~んと大きくなっているものや、あまり変わらないものなど、見た目の成長の差は、それぞれですが、お日さまの日差しをたっぷり浴びて、やがて花をつけ、実をつける準備をしている苗たちを心から応援し、期待しています。

11月までの半年間、季節のお野菜を毎週お届けします。よろしくお願いします。わからないことは何でも聞いてくださいね。そして、畑にもきてくださいね。

その季節にとれる野菜を伊達家ではどうやって食べているか、紹介するコーナーです。レシピ、というより、食べ方のヒントとして、皆さんの参考になればいいなと思っています。また、僕達が知らないおいしい食べ方がまだまだあるはずなので、皆さんからも気軽に教えてください。よろしくお願いします。

### 【春菊】自家採種

ごまえ、天ぷらはもちろん生でも食べられます。ちぎって、洗った春菊をお皿にならべ、小鍋に少量のごま油をあたため、ゆげが

出てきたら火を止め、お皿に並べた春菊に回しかけます（油はねに注意してください。）お好みで醤油を少しかけてもおいしいです。

#### **【ルッコラ】自家採種**

ハーブの一種で、ゴマの風味で、ピリっと辛いです。生でサラダで食べて下さい。パンにチーズとあわせてはさんでも美味しいです。

#### **【チンゲンサイ】**

和洋中なんでも合うお野菜です。豆腐と一緒に炒めて、食べました。

#### **【タアサイ】**

濃い緑の中華野菜です。一枚一枚葉っぱを外し、洗って鍋に入れて、少しの水と塩とゴマ油をまわしかけて2、3分熱してください。

#### **【ラディッシュ】**

うすくスライスして、塩もみしていただきます。お好みの大きさに切って、甘酢漬けもおいしいです。