

高松ごじまん新聞 第十版

「高松産ごじまん品」の耳より情報かわら版
消費者と生産者を結ぶ「コミュニケーション・ペーパー」

発行日／平成21年12月1日(火)
発行所／〒760-8571
香川県高松市番町1丁目8-15
高松市農産物ごじまん品推進協議会
電話：087-839-2422
<http://gojiman.jp/>

おすすめ!

12～1月の「旬」ごじまん品

温州ミカン	10～3月
キウイ	11～3月
ナバナ	11～3月
シイタケ	11～3月
ブロッコリー	11～5月
イチゴ	11～6月
中晩カン	12～4月
ネギ	通年



トップニュース

「高松産ごじまん品」カレンダーを飾ろう!

キャラクターいっぱい「高松産ごじまん品」カレンダー。「カレンダーが欲しい!」という皆さんの声にお答えし、1年ぶりに復活。ホームページからダウンロードできるようになりました。月ごとにキャラクターが違うので、旬のごじまん品がわかります。プリントして飾るのはもちろん、お友達にもプレゼントしよう!

高松産ごじまん品のホームページを開いて、ごじまんカレンダーをクリック。

高松産ごじまん品 検索

[URL] <http://gojiman.jp/>



デザインは、裏面を見てね!

ブロッコリーのキンピラ

【高松市生活研究グループ
連絡協議会 提供】

材料(4人分)

- ブロッコリー芯…100g、150g
- ゴボウ…200g
- 人参…30g
- 赤とうがらし…1本
- ゴマ油…大さじ1
- ゴマ…少々
- 砂糖…大さじ1強
- みりん…大さじ1強
- 酒…大さじ1強
- しょうゆ…大さじ2強

作り方

- ①ゴボウは5cmの千切りに切り、水にさらしておく。
- ②人参は5cmの千切り、ブロッコリーの芯は皮をむかずに、短冊切りにする。
- ③鍋にゴマ油で赤とうがらし、①、②を炒め、Aで調味し、強火で汁がなくなるまで炒め、ゴマをふる。



【二口メモ】

*残ったら、荒く刻んで餃子の皮に包み、油で揚げるとおつまみになる。



マダム・ブロッコ

季節のごじまん品 かんたんレシピ

焼き椎茸の みぞれ和え

材料(4人分)

- 椎茸…4個(1個を4つに切る)
- 小海老…8尾
- 「尾を残し皮を剥き、背ワタを取る」ミニトマト…4個
- 「タを切り取り4つに切る」サラダ油…10cc
- 酒…30cc
- 大根…400g(皮無しの重量)
- 「すりおろし、ザルに打ちあげ、かるく水分を切る」酢…10cc(柑橘酢でよい)
- ぽん酢…45cc
- 一味…適量



タケじい

作り方

- ①フライパンに油を熱し、小海老の表面に焼き色が付くように焼く。(火は通ってなくてよい)
- ②椎茸を入れ、炒める。(火は通っていないでよい)
- ③焼き色が付けば酒を加え、アルコールを飛ばすように加熱する。
- ④蓋をして蒸らす。
- ⑤バットに出し冷ます。
- ⑥ボウルに大根おろしを入れ、調味する。
- ⑦焼いた具材とトマトを和える。
- ⑧器に盛り付ける。



【高松ケーブルテレビ番組
産直DEウチごはん! 提供】

第11回アジア太平洋盆栽水石大会 高松大会開催決定

高松市の鬼無や国分寺地区は盆栽どころとして有名です。この盆栽も、高松市の特産品のひとつとして「高松産ごじまん品」に認定されています。

10月31日から11月2日の3日間、台湾・台中市で第10回「アジア太平洋盆栽水石大会」が開催され、次回第11回大会を、高松市で開催することが決定しました。水石とは聞きなれない言葉ですが、観賞石のことで、盆栽と同じく、全体の姿を鑑賞して、自然の情景を楽しむものです。平成23年秋、世界各地の愛好家が高松に集い、盆栽や水石の魅力を楽しむ一大イベントが開催されます。



松さん

ごじまん品カレンダーデザイン一覧



野菜ソムリエ 有里さんの ちよつと話3

冬の郷土料理「マンバのけんちゃん」
マンバはアークが強く長時間水にさらさなければいけないと思われがちですが、アークの主成分といわれているシュウ酸等は、実はそう多くはないそうです(手間が省けます)。でも独特の色や臭いが気になる方は、やはりしばらく水にさらした方がいいそうですよ。

香川ではお醤油の生産も盛んですから、「調味料から地産地消」でローカル野菜を楽しんでみてはいかがでしょうか。

高松市では主に、北西部の鬼無地区や下笠居地区で、香川県のオリジナル品種「香緑」や果肉が黄金色の「さぬきゴールド」が栽培されています。キウイフルーツの糖度は非常に高く、中でも糖度16度以上の香緑は「スイト16」、14.5度以上のさぬきゴールドは「黄様」というブランド名で出荷され、全国の高級果物店などに並びます。

収穫時期は、10月～11月。しかし、実際に店頭に並ぶのは収穫後、時間が経ってからです。収穫したては硬くて酸っぱいのですが、エチレンガスによりキウイの中の「デンプン」を糖分に変える「追熟」という行程を経て、甘くて美味しいキウイに変身するのです。キウイフルーツの特徴的な栄養素は、ビタミンCとビタミンE。体を美しく元気に保つくれる栄養素がたっぷり含まれています。キウイを食べ、寒い冬を乗り切りましょう。



メッセージ&ごじまん品 レシピを大募集!!

消費者である、あなたの意見を聞かせてください。

「ごじまん新聞」は、消費者と生産者を結ぶコミュニケーションペーパーを目指しています。あなたのメッセージをお待ちしています。また、あなたの自慢の「ごじまん品」を使ったレシピを募集します。掲載された方には、ごじまん品をプレゼントいたします。ふるってご応募ください。

宛先▼〒760-8571

高松市番町1丁目8-15

高松市農林水産課内

高松市農産物ごじまん品

推進協議会事務局

