

高松「ごじまん新聞」の耳より情報かわら版

高松「ごじまん新聞」第15版

発行日／平成22年10月1日(日)
 発行者／〒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！ 10～11月の“旬”ごじまん品

カキ	9～12月
温州ミカン	10～3月
ブロッコリー	10～5月
フキ	3～5・10～12月
ゴボウ	2～5・11～12月
米	通年
黒大豆	通年

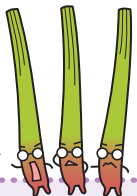


フキの豚肉ロール

材料(4人分)

- フキ：10cm×16本
- 豚肉：16枚
- みそだれ
 - もろみ：100g
 - すりゴマ：大さじ2
 - みりん：大さじ1と1/2
 - ゴマ油：大さじ1
 - 砂糖：大さじ2
 - 生姜：1片
 - ニンニク：1片

フキトリオ



- ▼作り方
- ① フキを熱湯で5～6分ゆで、冷水にとり皮をむき、10cmの長さにカットする。
 - ② 生姜、ニンニクをすりおろし、みそだれの材料を混ぜ合わせておく。
 - ③ 豚肉を広げてフキをのせ、端から巻く。
 - ④ フライパンに油を熱し、③を閉じ目から焼く。
 - ⑤ 豚肉に焼き目がついたらみそだれを入れ、豚肉にからめる。



季節のごじまん品 かんたんレシピ

ささがきゴボウの親子丼

材料(4人分)

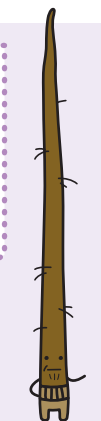
- ゴボウ：1/2本
- 鳥ミンチ：200g
- 卵：4個
- A
 - だし汁：200cc
 - 砂糖：大さじ2
 - みりん：大さじ2
 - しょうゆ：大さじ4
- みつば：適量



おヨネちゃん



ゴボー親方



- ▼作り方
- ① ゴボウはさがきにし、水にさらす。
 - ② フライパンに、Aを煮立て鳥ミンチ・ゴボウを加えて火が通るまで煮る。
 - ③ 煮立ったら溶き卵を流し入れ、みつばを散らし半熟状態になったら火を止める。
 - ④ 丼にご飯を盛り、③を上から形をくずさないようにのせる。



「エンクーシン佃煮」 販売開始!!

トップニュース



エンクーシン

今年4月にJ A香川県が「エンサイ(空芯菜)」をより親しみやすい「エンクーシン」の名称で商標登録したことをうけて、これまで販売していた「空芯菜(くうしんさい)佃煮」の名称を「エンクーシン佃煮」に改め、9月23日より販売を始めました。

たかまつ市場フェスタ2010

日時

10/24

日

9:30~15:00

場所：高松市中央卸売市場



ごじまん品の試食もあります☆
ぜひお越しください。



カンちゃん



マダム・ブロッコ

ダンボールオブジェも登場予定!!
会いに来てね。

JAふれあい祭

開催日

11/6

土

11/7

日

開催日

11/13

土

11/14

日

場所：JA香川県高松市西部鬼無支店
(高松市鬼無町佐藤31-7)

場所：JA香川県高松市太田支店
(高松市伏石町2047-1)



黒大豆といえば、おせち料理に欠かせない煮豆が有名です。

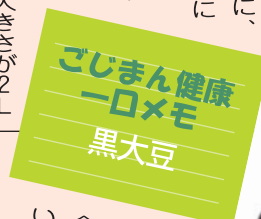
平成20年産から本格的に栽培が開始された香川県オシジナル

黒大豆、香川黒1号の生産量は、市内全域で13トン。粒の揃いや品質が良く、京都で栽培されている「丹波黒」と比較しても遜色なく、特に、「色沢」、「光沢」、「香り」において優れています。

香川黒1号の特長である大粒や品質の良さをアピールするため、JA香川県は粒の大きさが2L(粒径10・5ミリ)以上の大粒で品

め、JA香川県は粒の大きさが2L(粒径10・5ミリ)以上の大粒で品

め、JA香川県は粒の大きさが2L(粒径10・5ミリ)以上の大粒で品



質の良いものだけを、「讃州黒」と名づけました。

また、最近人気があるのは、実が黒く色づく手前の10月頃に収穫し、茹でて食べる黒大豆の枝豆です。粒も大きく、コク、甘みがあるのが特長です。「高松産「ごじまん品」に指定されている黒大豆を使った焼酎「讃州黒」も販売しており、黒大豆の煮豆や枝豆を食べながら、讃州黒を一杯と

いうのはいかがでしょうか。

(JA香川県中央地区営農センター)

野菜ソムリエ 有里さんのちょっと話

しみの一つになっています。

香川には柿ジャムを使用したお土産菓子や、基盤柿という四角い形をした渋柿があるそうで(残念ながら私はまだ食した事がありませんが)、身近な果物といえそうですね。

渋柿が手に入った際には干し柿を作ってみませんか? 皮をむいて熱湯にくぐらせ、柿同士がくっつ

娘との散歩が日課になっている今日この頃。ご近所