

高松ごじまん新聞 第1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24年8月1日(水)
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!

8～9月の“旬”ごじまん品

ブドウ……………7～10月
イチジク……………7～10月
エンクーシン………6～9月
オクラ……………6～10月
ナス……………6～10月
キュウリ……………3～12月
ミニトウガン………7～10月



ナスP



シャイン



いちじ君



キュウさん

トウガン坊



エン・クーシン



ピオー姉さん



オオクラ画伯

ごじまん野菜塾秋冬野菜編 トップニュース 受講生募集します

◆日

時

平成24年9月15日(土) から12月頃までの土曜日に全10回程度

◆場

所

講義：
JA香川県中央地区営農センター
(高松市下田井町367-1)
実習：
西植田いきいき市民農園
(高松市池田町)

◆定

員

書類選考のうえ、20名程度

◆応

募 資 格

高松市在住の18歳以上
70歳未満で、農業や野菜
づくりに意欲のある方

◆参

加 費

5,000円(学生は1,000円)

◆申

込 み

ハガキまたはEメールに住所・氏名・年齢・職業・
電話番号・応募理由を書いて、8月31日(金)まで
に高松市役所 農林水産課へ
住 所：〒760-8571 高松市番町一丁目8番15号
Eメール：nousui@city.takamatsu.lg.jp

◆問い合わせ

高松市役所 農林水産課 ☎839-2422



エンクーシンチヂミ

(提供／香川県農協一宮支部女性部)

材料(1枚分)

- エンクーシン……1袋(200g)
- 赤パプリカ……1/4個
- 豚肉……70g
- 薄力粉……1カップ
- 米粉……大さじ3
- 卵……1個
- 塩……ひとつまみ
- サラダ油、ゴマ油、ばん酢……適量



エン・クーシン

作り方

- ① エンクーシンは3cm幅に切り、パプリカは細切りにする。
- ② ボールにAと水1カップ弱を入れて混ぜる。
- ③ ②にエンクーシンを混ぜる。
- ④ ホットプレートにサラダ油をひいて③を流しこみ、上に豚肉とパプリカをのせて焼く。
- ⑤ ④を裏返し、フライ返しで押さえて、生地をうすくする。
- ⑥ ゴマ油をかけて、両面を焼いたらできあがり。
- ⑦ ばん酢につけていただく。



おコネちゃん

季節のごじまん品 かんたんレシピ

エンクーシンの けんちゃん

(提供／香川県農協一宮支部女性部)

材料(4人分)

- エンクーシン……1袋(200g)
- 油あげ……1/2枚
- 焼とうふ……1/2丁
- ほんだし……小さじ1
- 塩……ひとつまみ
- しょうゆ……少々(色がつく程度)



エン・クーシン

作り方

- ① エンクーシンはさつとゆでて水に取り、3cm幅に切る。油あげは細く切る。
- ② 鍋にほんだしと材料が浸る程度の水を入れて火にかけ、油あげ・手でつぶした焼とうふを入れ、塩・しょうゆを加えて煮る。
- ③ ②にエンクーシンを入れ、さつと煮て火を止めたらかきあがり。

※②のしょうゆは入れすぎに注意



親子農業体験教室を開催しました



7月15日(日)、青空のもと香南町の香南アグリウムで親子農業体験教室を開催しました。当日は、14組の親子が参加し、じゃがいも、ピーマンなどの収穫体験を行った後、松原病院の柴崎三郎先生から「朝食とメタボリックシンドローム」と題して食育の講演を頂き、地元の野菜を使った調理実習では、夏野菜ピザとトマトジュースを作りました。

食育講演は柴崎先生がクイズ方式で子供たちにもわかりやすく話をされ、楽しみながら朝食や食生活の大切さを学んでいました。クイズに答える子供達は、元気はつらつでみんな競って手を上げ、楽しんでいました。また、調理実習では親子で協力してピザ作りを行い、中には苦手なトマトとナスなどの野菜と格闘しながらも楽しく実食する姿も見られました。トマト・ニンジン・はちみつ・氷をミキサーしたトマトジュースも作って、野菜づくしの農業体験を楽しんでもらえました。

野菜ソムリエ 有里さんの ちょっと話

娘の保育所の先生から、衝撃の告白を受けました。「娘さん、緑の野菜を全く食べません。精密機械のように、細かく刻まれた野菜の中から緑の野菜だけをキレイに選り分けます。」家では野菜をよく食べるので、私は娘が野菜嫌いだということに気付いておらず、ビックリしました。

私は、好き嫌いなくなんでも食べられるのがもちろん望ましいとは思いますが、多少の好き嫌いは個性の1つかなと思っていま

す。ただ、私は娘の苦手な食材であつても、食卓に並べることにしています。この間、どうせ食べないだろう…と思う、娘の分のキウリスティックを器に盛らなかつたら、横から手が伸びてきて、娘は両手でキウリを持ちおいしそうに食べました。自信に満ちあふれた笑顔でポリポリかじる姿を見られるのも、それまでキウリが苦手だったからです。

私と同様に「家族の偏食で悩んでいる方は毎日のレシピに苦勞していると思います。それは苦手克服の瞬間に立ち会つことが出来るチャンスかもしれません。



さめき



マルシェ in サンポート



7月22日(日)、サンポート高松で開催されたさめきマルシェに高松産ごじまん品が出展しました。

人で溢れ、とても賑わう中、ピオーネ・桃・ハウスミカン・ハウスイチジクを販売しました。

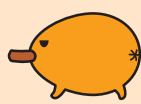
夏休みが始まったこともあり、親子連れが多く来店してくれました。

天候にも恵まれ、イチジクは午前中で売り切れ、14時にはみごと完売しました!!

たくさんのご来店ありがとうございました。



応募待っています!



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

「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

消費者である、あなたの意見を聞かせてください。

メッセージ&ごじまん品
レシピを大募集!!