



カンちゃん

「シロップ」
砂糖…80g
水…100cc



材料(各5コ分)
切り餅…5コ
みかん…極小5コ
キウイ(香緑)…小2コ半
白あん…300g



オオキウイ

切り餅で作る みかん大福・ キウイ大福

作り方

- ①皮をむいたみかん(大きければ2〜3個に分ける)と皮をむいて半分に切ったキウイを餡で包む。
- ②シロップは小鍋か電子レンジで先に作っておく。
- ③鍋に切り餅とかぶるくらいの水を入れて火にかけ餅が柔らかくなったら茹で汁を捨て、木しやもじでなめらかな餅になるまでしっかりと混ぜる。
- ④③に②を少しずつ加え(4〜5回)餅がなめらかになるまで、しっかりと混ぜる。
- ⑤④を片栗粉をふったバットに取り出し10等分する。
- ⑥手に片栗粉をつけ⑤の餅で①を1個ずつ包む。

※正月に残ってる切り餅で作りました。ごじまん品のみかん・キウイ・いちご季節により各種ぶどうなどジュシーで彩りの良い大福をお楽しみ下さい。

季節のごじまん品 かんたんレシピ

材料(4人分)
青ネギ…2束
イイダコ…400g
千切り生姜…適量
天つゆ・揚げ油…各適量
卵…1/2コ
水…60cc
片栗粉…大さじ1
小麦粉…大さじ6



ねぎ坊



ネギとイイダコの ミニかき揚げ

作り方

- ①イイダコは墨とぬめりを取り酒・醤油・砂糖・水各適量でさつと煮る。
- ②①を2cmくらいの長さに切り、小麦粉(分量外)をふって混ぜておく。
- ③②に刻んだ青ネギ・千切り生姜を加え②の衣を適量加えて混ぜスプーンですくって180度に熱した油に落とし入れてカリッと揚げる。
- ④器に敷き紙を敷き③を盛り、天つゆを添えてすすめる。

※②に粉をふっておくと油がはねにくい。
※地の小エビやちりめんじゃこでもお試しください。

おすすめ! 2〜3月の“旬”ごじまん品

ナバナ…12〜4月
ブロッコリー…10〜5月
イチゴ…11〜6月
アスパラガス…2〜11月
ゴボウ…2〜6・10〜12月
中晩カン…1〜5月
シタケ…通年



ハナちゃん



イチゴ娘



マダム・ブロッコ



タケじい

Mr. アスパラ



ポン太

ゴボウ親方



たかまつ 食と農のフェスタ 2014

イベント盛りだくさん! ご家族・ご友人をお誘い合わせの上、ご来場下さい。

たかまつ 食と農のフェスタ 2014

平成26年 3/1(土) 3/2(日) 9:30〜16:00
場所:サンメッセ香川 大展示場 及び 第1屋外展示場

フラワーフェスティバルがわ2014
JAふれあいフェスタ2014
同時開催!

当フェスティバルで
がらポン抽選会

くらべてみよう
ミカン・デコポン・イチゴ
品評会・展示

新鮮! 高松産のしおと市
高松市農産物ごじまん推進協議会
高松市農産物ごじまん推進協議会
高松市農産物ごじまん推進協議会

参加してみよう! 体験コーナー
野菜クッキング教室
1日(土) ブロッコリーを食べよう!
2日(日) ナバナを食べよう!

動画配信サイト
USTREAM
ライブ中継
「高松ムービーチャンネル」
で検索

詳しくは、ホームページをご覧ください。 高松産ごじまん品

[URL] <http://gojiman.jp/event/festa.php>

検索

～イベント情報～

たかまつ 食と農の フェスタ 2014

平成26年

3/1

土

平成26年

3/2

日

9:30

16:00

場所：サンメッセ香川 大展示場 及び 第1屋外展示場

◎イベント内容は、変更・中止する場合があります。

その他のイベントについては、ホームページを見てくださいね!!

参加してみよう 体験コーナー

「野菜クッキング教室」

野菜ソムリエによる地元食材を使ったクッキング教室を行います。

★3月1日(土) ブロッコリーをたべよう!

★3月2日(日) ナバナをたべよう!

- 参加費：300円(1人)
- 時間：10:00～、12:00～、14:00～(1日3回)
- 定員：各20人 ※数名のグループで実施します。
- 講師：野菜ソムリエコミュニティかがわ
- 参加方法：当日、開始15分前から会場で受付します。(先着順)



産直 高松産ごじまん市

高松市内でとれた新鮮な農産物を生産者が直接販売します☆

畜産品や水産加工品なども多数ご用意。

フードコートになっているので食事もOKです!!



ガラポン抽選会

期間中、たかまつ食と農のフェスタ会場でお買い物 300円ごとに1枚の抽選補助券を発行します。抽選補助券3枚で1回抽選ができます。

高松産ごじまん品の非売品グッズも用意しています。

何が当たるかお楽しみに☆

※一部対象外ブースがあります。フラワーフェスティバルかがわや JA ふれあいフェスタ2014会場でお買い物は対象外ですのでご注意ください。

たかまつ食と農のフェスタ

検索

ときめき旬感リポート 菜花(なばな)

早春のいりどり、ナバナッ

が旬を迎えています。最近ではお雑煮の具としても人気の「ナバナ」。やはり、食卓に春を届ける食材として、節分やひな祭りのお料理には欠かせません。そこで、冷たい風の中をナバナ畑に向かいました。

ここは、高松市成合町にある谷本旭さんのナバナ畑。谷本さんは、ご主人が亡くなった後、青ネギの栽培を経て、ナバナを育てて15年になりました。息子さんがトラクターで畑を耕してくれるほかは、タネをまくのも、土をかぶせるのも、土を寄せるのも、収穫もたった一人、手作業で行っているそうです。忙しいときには、昼食も取らず半日ほど畑で過ごすとか。

栽培する品種は、京の春

早陽(そうよう)

リ、花がざ

リ、伏見88

などで、収穫時

期をずらして長

く出荷できる工

夫をしています。



昨年9月に種をまいた後、雨がほとんど降らず、重いホースを引っ張って毎日水やりに苦労しました。谷本さんは、ナバナのために特別に畑の横に井戸も掘ったそうです。また、温度が高いと虫がついて苦労するのですが、防除はせず寒い冬まで持ちこたえたとか。

そうして、丹精込めたナバナは収穫時期を迎え、冬の田んぼで青々と茂っています。谷本さんは、ナバナをさつとゆでて、ポン酢やマヨネーズで手軽にたくさん食べているそうです。みなさんも、旬のナバナをたっぷり食べて、元気に春を迎えませんか。

野菜ソムリエ 有里さんの ちょっと話28

丸亀町寺番街を歩いていたところ、突然娘が走りだしました。また何か見つけたな...と思いつつ追いかけると、娘は小さな白い花を咲かせたポットに釘付けになっておりました。しばらく見入っていました。花びらの散ってしまいましたが、娘は気づきました。「お花のまんなかのおやまがイチゴみたいだね!」

娘はどうしてもイチゴを育てたいと言い、その苗を購入して帰りました。我が家で一番日当たりのよい玄関で、時々ポツポツと花を咲かせ、花びらが散ると花の中央が膨らんで、先端から赤く色づいていきます。

露地栽培における旬である春にイチゴをたくさん実らせるためには、寒い時期に咲く花は摘んだ方がよいらしいのですが、一つでも多く食べたいという娘の食いしん坊精神とせっかくなお花を摘むのも残念な気がして、そのままを楽しんでおります。イチゴはまだ小さく形も不格好で、おそらく酸っぱいと思うのですが、娘はひとくちも私に食べさせてはくれません。

