

高松「ごじまん新聞」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30年2月1日(木)
 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！ 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
 シイタケ……………通年



トップニュース

たかまつ 食と農のフェスタ2018

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。

産直！高松産ごじまん市
 地元農産物や加工品が盛りだくさん！

品評会展示コーナー
 くらべてみよう！
 ミカン・デコポン・イチゴ

調理体験コーナー
 高松産ごじまん品でパンケーキをつくろう！

農業体験コーナー
 野菜の種を選んで種まき体験をしてみよう！

瀬戸・高松広域連携 中枢都市圏コーナー
 綾川町・さぬき市・三木町・小豆島町・土庄町からも出展します！

ガラポン抽選会
 補助券を5枚集めて挑戦しよう！

〈開催会場〉
サンメッセ香川
 大展示場及び第1屋外展示場

同時開催
フラワーフェスティバル かがわ2018

たかまつ 2018 食と農のフェスタ
 平成30年 2/24(土) 25(日) 9:30～16:00
 ※動物をつれてのご入場はご遠慮願います(ほじょ犬は除く)。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

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

たかまつ食と農のフェスタ

検索



キューさん

材料(2個分)

バーガー用パン…2個
 牛細切れ肉…100g
 下ごしらえしたゴボウ…50g
 焼き肉のタレ…大さじ2
 スライスしたタマネギ…2枚
 スライスしたキュウリ…4枚
 スライスしたトマト…2枚
 レタス…2枚
 マヨネーズ…小さじ2



ミニトマト兄弟

作り方

- 1 ゴボウの下ごしらえ
 ゴボウをさがきがき又は千切りにし、水にさらしてアクを抜く。
 - 2 ①をザルに上げて水を切り、油を熱した鍋で炒める。
 - 3 ②に100cc位の水を入れ、蓋をして水気がなくなるまで蒸し煮にする。
- ▼作り方
- 1 バーガー用パンを水平にカットする。
 - 2 下ごしらえしたゴボウと牛細切れ肉をフライパンで炒め、焼肉のタレで味付けする。
 - 3 パンにマヨネーズを塗り、野菜と②の肉、ゴボウを挟む。
 ※食パンでもおいしく作れます。



季節のごじまん品 かんたんレシピ

材料(12個分)

きつね寿司用油揚げ…6枚
 「A」
 だし汁…1カップ
 砂糖…大さじ2
 薄口醤油…大さじ1
 米…2合
 下ごしらえしたゴボウ…60g
 ニンジン…60g
 水…350cc
 出し昆布…4cm角1枚
 酒…大さじ2
 「B」
 酢…40cc
 塩…3g
 砂糖…30g



おヨネちゃん

ごぼう入り きつね寿司

▼作り方
 ハンバーガーと同じ
 ゴボウの下ごしらえ

- 1 米を洗い、表示どおりの水を加えて30分置いておく。
 - 2 油揚げは熱湯にくぐらせて油抜きをし、三角形になるように斜めにカットする。
 - 3 ②を酢飯が中に詰められるよう袋状にし、Aで煮ておく。
 - 4 ①に細かく切ったゴボウ、ニンジンと出汁昆布・酒を入れて炊飯する。
 - 5 ④が炊き上がった後、数分蒸らし、Bの合わせ酢を加え、しゃもじで切るように混ぜ合わせる。
 - 6 ③の油揚げに⑤の酢飯を詰めて、出来上がり。
 ※お弁当に、ちよつとした手土産に、軽食に、身体にやさしい料理のひとつです。是非お役立てください。
- ◆ゴボウと言えば、食物繊維！野菜の中でもトップクラスの含有量です。また、カルシウムやカリウムも豊富です。大腸がんの予防や老化防止、高血圧や糖尿病・動脈硬化の予防、コレステロール低減にも良いと言われています。



ゴボー親方

調理体験コーナー

～高松産ごじまん品でパンケーキをつくろう！
米粉、フルーツ等を使ってパンケーキをつくります。

- 時間：1回目 10時～12時 先着30名
- 定員：2回目 13時～15時 先着30名
- 参加費：1名100円
- 参加方法：当日、随時受付(定員になり次第終了)
- 協力：四国ガスグループ

参加してみよう

農業体験コーナー

～野菜の種をまこう！
好きな野菜の種を選んで種まきをします。
2か月後には収穫できます。

- 参加費：1名100円
- 参加方法：当日、随時受付(なくなり次第終了)
- 協力：常谷種苗園芸

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5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でのお買い物は対象外ですのでご注意ください。)

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！！

たかまつ 2018 食と農のフェスタ

平成30年 2/24(土) 25(日) 9:30～16:00

同時開催

フラワーフェスティバル
かがわ2018

◎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！！

たかまつ食と農のフェスタ

検索

野菜ソムリエ 有里さんの ちょっと語52

『たかまつ食と農のフェスタ』は、野菜ソムリエエコミュニティかがわとして何度か出展しておりますが、私は、事前に行われている品評会にも立ち会わせていただいたことがあります。

品評会では、市内の農家さんが育てた温州みかん・デコポン・イチゴなどがズラリと並び、それぞれの審査員が、担当果物を何種類も食べ比べます。そして、外観や食味などを評価し、賞を決めていきます。

品評会に初めてお声をかけていただいた時は、ただただ食いしん坊精神が勝り、楽観的な気持ちでいましたが、いざ評価となると…寒い季節、果物の水分で身体は冷え、味にも慣れてしまつて徐々に違いが分からなくなる…という、評価者としての情けない姿を晒してしまいました。

それでも品種や育ちにより、実には個性があります。外観だけで、このみかんは○○町の□さんやな、と分かる方もいらっしゃいました。味の好き嫌いだけでなく、その品種の特徴がでているか、きちんと育てられているか、など、青果物を評価するのはとても難しいですね。

産直へ行こう！ ～真っ赤なイチゴを食べよう～



ショートケーキに欠かせない果物と言えば、イチゴ！歌の歌詞や絵本にも多く登場し、小さなお子様からお年寄りまで不動の人気を誇っています。

品種によって特徴が様々で、「女峰」は少し酸味があり日持ちするので、スイーツに多く用いられます。「さちのか」は食味が良く、そのまま食べるのがおすすめです。

そして香川県のイチゴと言えば「さぬきひめ」です。香川県農業試験場で育成された品種で、コロンと丸みを帯びた形をしています。果皮がやわらかく、果汁が多いため、食感がとてもジューシーです。食味は甘みにコクがあります。

イチゴは2月～3月に最盛期を迎え、「この時期のイチゴが一番おいしい」と言う生産者もいて、この時期はいちごの食べ放題を実施しているところもあります。

ビタミンたっぷりの真っ赤なイチゴ。甘酸っぱい幸せを、是非お召し上がりください。