

高松「ごじまん新聞」第10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	7～9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



キュウさん



ナスP



いちじ君



オオクラ画伯



エン・クーシン



アレキさん



トーガン坊

夏野菜のグラタン

材料(4～5人分)

(25cm×15cmオーバル型)



ナスP

- 玉ねぎ…1個
- 人参…1本
- なす…3本
- ズッキーニ…1本
- パプリカ赤…1/2個
- パプリカ黄…1/2個
- トマト…3個
- ピーマン…3個
- じゃが芋…2個
- 卵…4個
- 生クリーム…100cc
- 塩・コショウ…適宜
- 有塩バター…20g
- ピザチーズ…120g



作り方

①グラタンの容器にバターを塗ります。

②Aの野菜を彩りよく並べます。

③並べた野菜の上にBをかけて、200℃で15分オーブンで焼きます。

④ピザチーズをふりかけて、チーズにうっすらと焦げ目がつくまで200℃で5～6分オーブンで焼きます。

下ごしらえ

- 玉ねぎ…5mm幅の輪形切り
- 人参…5mm幅の輪形切りにして電子レンジ3分ほど
- なす…5mm幅の輪形切りにして水に放す
- ズッキーニ・パプリカ赤・パプリカ黄・トマト・ピーマン…5mm幅の輪形切り
- じゃが芋…2cm角にして電子レンジ3分ほど加熱



ミニトマ兄弟

季節のごじまん品
かんたんレシピ

パンプキンゼリー

材料(5個分)

- 粉ゼラチン…10g
- 冷水…100g
- かぼちゃペースト…400g
- 砂糖…30g
- ラム酒…10cc



作り方

- ①冷水の中に粉ゼラチンを振り込んで、15分ほど置いて湿らせませす。
- ②①を小鍋に入れて、火にかけて溶かします。溶けたらすぐに火からおろします。
- ③かぼちゃのペーストに砂糖とラム酒をまぜ合わせ、②を入れて混ぜ、容器に入れて冷蔵庫で1時間ほど冷やし固めます。

▼かぼちゃペーストの作り方
 かぼちゃのワタ・皮をとり、3cm角位に切り、電子レンジにかけるか、茹でてフードプロセッサー又はミキサーにかけます。その時、粘るようであれば水又は牛乳を加えてペーストにします。

ごじまん野菜塾 秋冬野菜編
受講生募集します

トップニュース

◆日時

平成30年9月1日(土)から12月中旬頃までの土曜日に
 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797-4)



◆定員

書類選考のうえ、20名程度

◆応募資格

高松市在住又は高松市内へ勤務・通学されている18歳以上70歳未満で、野菜づくりに意欲がある方

◆参加費

5,000円(学生は1,000円)

◆申込み

ハガキ又はFAXで住所・氏名・年齢・職業・電話番号・応募理由を記入のうえ、8月22日(水)までに高松市役所 農林水産課へ

◆問い合わせ

住所：〒760-8571 高松市番町一丁目8番15号
 高松市 農林水産課 ☎839-2422 FAX839-2423



香南アグリームで



竹 DE そうめん を開催します！

- 開催日：8月18日(土)午前9時30分～正午
- 内容：自分で作った竹のお箸・お椀を使って、そうめんを食べます。
- 開催場所：香南アグリーム
- 参加費：1人 1,080円
- 応募資格：5歳以上(中学生以下は、保護者同伴)
- 募集人数：25名(先着順)
- 持参物：軍手、飲み物、あればノコギリ、ナイフ、ヤスリ
- 申込方法：8月6日(月)より電話で受付
(受付時間：午前9時～午後5時 定休日：毎週水曜日)
- 申込先：香南アグリーム
〒761-1401 高松市香南町岡1270番地13
TEL:087-879-8741



香南アグリームで

旬の野菜果物の収穫体験・調理体験をしませんか？



収穫体験

(要予約)



調理体験

(要予約)

(時期)

(収穫物)

7月～8月 夏野菜・ブルーベリー

9月～10月 くり

参加費：各種540円

この他にも、旬な野菜の収穫ができます！



内容：

腸詰めウィンナー

ピザ・うどん・豆腐 等

参加費：

1名 各種1,080円



場所及び申込先：香南アグリーム(高松市香南町岡1270番地13)

TEL:087-879-8741

ブドウフェア
開催！

開催日：8月5日(日) 10時～18時

場所：マルナカ栗林南店

シャインマスカットの試食販売を行います。

シャインマスカットは、大粒で糖度がとても高く、皮ごと食べられる人気の品種です。

合わせて風味の良いピオーネも販売します。

たくさんの方のご来店をお待ちしております！

摘んだブルーベリーをひとつかみ、まとめて口に入れると…甘いものの、酸味のあるもの、皮が少しシャキッとしているもの、柔らかいもの…ブルーベリーが口の中で深く広がって、美味しさは何十倍にも膨らみます。なんて贅沢な食べ方でしょう。くだもの狩りの醍醐味でもあり、ブルーベリーのサイズ感がなせる技でもありますね。

ここ数年は毎年ブルーベリー狩りを楽しんでいます。よく行くブルーベリー農園には、見上げるほどの大きさの数十種類のブルーベリーの木があり、食べ比べはもちろん、お気に入りを見つけて、それだけをひたすら食べつくすこともできます(笑)。

ひとくちにブルーベリーと言っても、粒の大きさや色、香りも様々です。それぞれの品種の違いを感じながら、一粒一粒を味わっていた私でしたが、お店の人から美味しい食べ方を教わりました。それは5、6粒、いや好きなだけ、まとめて口に入れること！

野菜ソムリエ
有里さんの
ちょっと話53

真夏に帽子をかぶり虫除けスプレーをして、長袖長ズボンで食べるくだものなーんだ？
答えはブルーベリー。