

高松ごじまん新聞 第1000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30年12月1日(土)
発行所／〒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！ 12～1月の“旬”ごじまん品

ブロッコリー	10～5月
ナバナ	12～4月
イチゴ	11～6月
キウイフルーツ	11～3月
温州ミカン	10～3月
黒大豆	11月～



フライパンでできる 椎茸のハートローフ

材料(4人分)

- 合挽きミンチ：120g
- みじん切り玉ねぎ：100g
- 人参：40g
- 卵：1個
- 生椎茸：60g
- 塩・コショウ：適宜
- 鶏ガラスープの素：小さじ1
- 直径5～6cmの生椎茸：4個
- 11号アルミカップ：4個
- プリンカップ：4個
- ブロッコリー：160g
- 辛子マヨネーズ：適宜



タケじい

作り方

- ① みじん切り玉ねぎは、サラダ油を少し敷いて中火で甘味が出る位まで炒めて冷しておきます。
- ② ①とAをフードプロセッサに入れて10秒位ミックスします。
- ③ ②に塩・コショウ・鶏ガラスープの素を加えて、またフードプロセッサで10秒位ミックスします。
- ④ プリンカップに11号アルミカップを入れて、直径5～6cmの生椎茸を一個ずつ入れ、③をスプーンで詰め込みます。
- ⑤ フライパンに並べ、カップの7分目位まで水を入れて、フライパンに蓋をして中火で8分位加熱します。
- ⑥ 出来上がったら、カップから出して皿に盛ります。
- ⑦ ブロッコリーは小房に分けて耐熱皿に並べ、ラップをして850Wで3分間電子レンジにかけ、ラップを取ってそのまま冷まします。
- ⑧ 冷めたらつけ合わせとして盛り付け、辛子マヨネーズをかけます。



季節のごじまん品 かんたんレシピ

マダム・ブロッツ

いちごのフルーツサンド

材料(1人分)

- 10枚切り食パン：2枚
- カスタードクリーム：30g位
- ホイップクリーム：20g位
- いちご：3～4粒
- そのほかのフルーツ：適宜
- 「カスタードクリーム」
- 卵黄：2個
- 牛乳：200cc
- 砂糖：50g
- 薄力粉：20g
- 無塩バター：10g
- バニラエッセンス：少々



イチゴ娘



- ### フルーツサンドの作り方
- ① カスタードクリームとホイップクリームを混ぜ合わせます。
 - ② 2枚のパンにそれぞれ①のクリームを塗り、一枚のパンの上にはいちごを並べ、間に他のフルーツも並べ、もう一枚のパンをかぶせて少し押えます。
 - ③ 三角や二等分等、好みの形にカットします。
 - ④ カスタードクリームの作り方
 - ① 牛乳を沸騰直前まで加熱します。
 - ② 卵黄・砂糖を白っぽくなるまで混ぜ合わせます。
 - ③ ②にふるった薄力粉を加えて混ぜ合わせます。
 - ④ ③に①を一気に加えて混ぜ合わせます。
 - ⑤ 厚手の鍋で弱火～中火にかけて、かき混ぜながら全体をアルファ化させます。
 - ⑥ 熱いうちにバターを混ぜ合わせます。
 - ⑦ バニラエッセンスは冷えた後、混ぜ合わせます。

トップニュース

2019年

ごじまん品カレンダー完成！！



来年もかわいいキャラクターと一緒に過ごそう♪
ホームページからダウンロードして使ってね。

ごじまんリーフレットを改訂しました!



高松市役所(高松市番町一丁目8番15号)、
中央地区営農センター(高松市下田井町367-1)、
香南アグリーム(高松市香南町岡1270-13) 等に設置予定です。

イベント情報

第6回香川県JAグループ「感謝祭」が開催されます!

- 日時 平成30年12月8日(土) 9:00~16:00
- 場所 サンメッセ香川 大展示場・屋外展示場(高松市林町2217-1)
- 内容 農畜産物等販売、
平野レミさんによる料理教室、
香川県警察音楽隊のステージ、
高松第一高等学校吹奏楽部コンサート等



たかまつ食と農のフェスタ2019

「フラワーフェスティバルかがわ2019」同時開催!!
詳しくは次号で紹介します。お楽しみに!!

- 日時 平成31年2月23日(土)~2月24日(日) 9:30~16:00
- 場所 サンメッセ香川 大展示場・屋外展示場
- 内容 産直 高松産ごじまん市、体験コーナー、ガラポン抽選会など

数日後、スーパーで「曾保みかん」という小さな紙の入ったみかんの袋をみつけると、娘は「これこれ!」と嬉しそうにしていました(その紙は学校に持っていった先生や友達に見せびらかしたそう)。そして、「アカシユウ」だの「アオシユウ」だの言いながら、陳列棚の下にある箱をチェックしていました。

さて、ゆっくりできる年末年始には、青秀と赤秀の食べ比べでもしてみましようか。我が娘はどれだけ舌が肥えているでしょうか(笑)。

帰ってくるなり、お土産のみかん3つをペロリとたいらげ、みかん山が急斜面で怖かったことや、選果場でみかんがコロコロ転がってサイズごとに分類されていたことなどを、興奮したように話してくれました。

という娘は、とても楽しみに出かけて行きました。

野菜ソムリエ有里さんのちょっと話55

娘の秋の校外学習は、みかん農家と選果場の見学でした。キンカンやレモンの木は、近所のお庭でも見かけること