

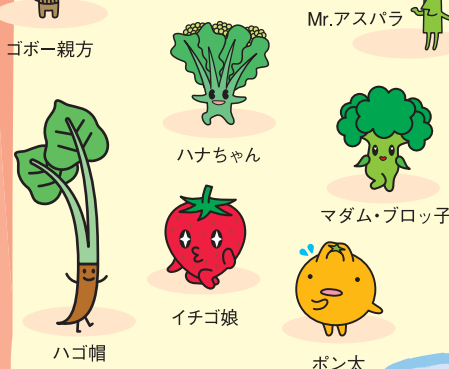
高松ごじまん新聞 第10版

「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／令和2年2月1日(土)
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
https://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
葉ゴボウ	1～4月
中晩カン	1～5月



トップニュース

たかまつ 食と農のフェスタ2020

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。

高松産ごじまん品を 食べつくせ！

たかまつ 食と農の フェスタ 2020

〈同時開催〉
フラワー
フェスティバル
かがわ2020

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！

ガラポン抽選会
補助券を5枚集めて挑戦しよう！

体験コーナーでもっと楽しもう！
品評会展示 ミカン・デコポン・イチゴ
調理体験 高松産ごじまん品で
米粉パンケーキをつくらう！
農業体験 野菜の種を選んで
種まき体験をしてみよう！
瀬戸・高松 綾川町・さぬき市・三木町・
広域連携 小豆島町・土庄町からも
中核都市圏 出展します！

令和2年 **2月29日(土)・3月1日(日)**
サンメッセ香川 大展示場及び第1屋外展示場にて
※動物をふれてのご入場はご遠慮願います(ほしや犬は除く)。

9:30
16:00

詳しくは、ホームページをご覧ください。

[URL] <https://gojiman.jp/festa/>

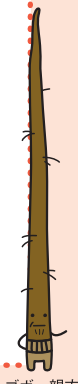
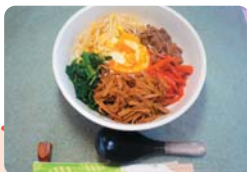
たかまつ食と農のフェスタ

検索

ごぼうのナムルビビンバ仕立て

材料(4人分)

- 「ごぼうのナムル」
 - ごぼう…150g
 - すりごま…大さじ1
 - A
 - おろしにんにく…小さじ1
 - コチュジャン…小さじ1
 - 砂糖…小さじ1
 - 醤油…小さじ2
- 「牛肉のナムル」
 - 牛肉薄切り…200g
 - すりごま…大さじ1
 - B
 - ゴマ油…大さじ1
 - おろしにんにく…小さじ1
 - 焼き肉のたれ…大さじ2
- 「人参のナムル」
 - 人参…130g
 - 砂糖…大さじ1
- 「ほうれん草のナムル」
 - ほうれん草…160g
 - 醤油…小さじ2
- 「大豆もやしのナムル」
 - 大豆もやし…200g
 - 塩・コシヨ…少々
- 温泉卵…4個



作り方

「ごぼうのナムル」

①ごぼうの表面をたわしで洗い、さがきにして水に晒します。

②ゴマ油大さじ1で、①を炒めます。

③Aを加え、弱火でごぼうが柔らかくなるまで炒め、すりごまを混ぜ合わせます。

「牛肉のナムル」

①牛肉薄切りを2cm位の短冊に切ります。

②Bで炒め、すりごまを合わせます。

「人参のナムル」

①3～4cmの千切りにしてゴマ油大さじ1で炒めて砂糖を合わせます。

「ほうれん草のナムル」

①熱湯に入れて茹で、水にとって絞り3～4cmに切りそろえ、醤油を合わせます。

「大豆もやしのナムル」

①大豆もやしもゴマ油大さじ1で炒めて塩コシヨを少々振りかけて味付けします。
ご飯の上にナムルと温泉卵を置いて完成です。

季節のごじまん品 かんたんレシピ



材料(4人分)

- スイートコーン…2本
- むきエビ…140g
- グリーンピース…100g
- A
 - 片栗粉…40g
 - 薄力粉…30g
- 水…大さじ1位
- 揚げ油…適宜

コーンの三色揚げ

作り方

①スイートコーンから包丁で実をはずして、バラしておきます。

②むきエビを用意します。(冷凍なら解凍しておきます)

③さやから出してグリーンピースを用意します。

④①②③をボールに入れ、そこに水大さじ1を加え、Aを入れて粘りが出るまで混ぜ合わせます。

⑤180℃位の油の中にスプーン2本で丸めて落とし、2～3分かけて揚げます。

高松産ごじまん品を
食べつくせ！

たかまつ 食と農の フェスタ 2020

〈同時開催〉
フラワー
フェスティバル
かがわ2020

令和2年 2月29日(土)・3月1日(日)
サンメッセ香川 大展示場及び第1屋外展示場にて

9:30
16:00

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OKです！！

調理体験コーナー

～高松産ごじまん品で米粉パンケーキをつくろう！～

- 時 間・定 員：1回目 10時～12時 先着30名
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

～野菜の種まき体験をしてみよう！～

好きな野菜の種を選んで種まきをします。
2か月後には収穫して食卓に？
野菜・花の園芸相談も実施します。

- 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

◎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



高松産ごじまん品ホームページが リニューアルしました！

1月1日より高松産ごじまん品のホームページが新しくなりました。
ホームページでは、ごじまん品を使ったレシピやイベント情報、産直
マップなど役立つ情報が盛りだくさん！
この機会にぜひホームページをご覧ください。

QRコード▶



ホームページ <https://gojiman.jp/>

高松産ごじまん品

検索

野菜ソムリエ 有里さんの ちょっと話62

小中学校の学校
給食をいただく機
会が何度かありま
した。最近の給食
は、郷土料理はも
ちろんですが、姉

妹都市の国の料理のような外国の
メニューや、授業と関連したメニ
ューなど、飽きないですね。小学生
の娘が「家のごはんより給食の方
が好き」という理由が、悔しいけれ
どよくわかります。

私自身は、子どもの頃は好き嫌
いが激しく、給食を完食するのに
大変苦労をしました。昼休みが潰
れてしまう日も多々あり、牛乳は
たいてい誰かに飲んでもらって
いました。それも、今ではいい思い出
ですね。

中学を出てしまうと、給食のよ
うに、大勢の人が同じ時間に同じ
料理を食べるといふ経験は、な
かなかできません。毎日の給食は、仲
間意識の醸成にも役立っていたの
だなあと感じます。卒業や進級を
控えた子どもたちの中には、みん
なで食べた給食の思い出がたくさん
詰まっていることでしょう。そ
れらの思い出は、きっと、新しい社
会に飛び込む際の力になります
よ。