

ふくおかの食と農を考える！ 

# アグリ ふくおか

Vol.10

アグリレポート「桃」  
デリケートな触感を  
どこまでも大切に

フルーツの産地・新田原の「桃」



 JAグループ 福岡



アグリ ふくおか Vol.10 平成22年8月発行 通巻10号 発行/ JA福岡中央会 〒810-0001 福岡市中央区天神4丁目10-12 TEL.092-711-3911

## 世界の給食 — vol. 3 フランス

フランスの公立小学校では、親が子どもに週に何回給食を取らせるかを決めて学校に申し込むようになっています。週四日コース、週三日コース、又は一回ずつのコースなど様々な料金設定があります。

私が住んでいる町・ジャルゴアの小学校の例で見ると、給食のサービスを受けるにあたって様々な条件があり、親のどちらかがよその町で働いている場合、又は共働きの場合、求職中或いは職業訓練を受けている場合、健康上の問題を抱えている場合は給食を優先的に申し込むことができます。

メニューは専門の栄養士が食事のバランスを考えて毎週メニューを作成し、学校内、市役所そしてウェブサイトに公開しています。野菜、お肉、お魚、穀物などはもちろんのこと、日によってデザートまで付きます。給食に使われる野菜は有機野菜ではありませんが、ヨーロッパでは農薬の使用基準が非常に厳しいので、全て安心できる野菜です。ちなみに、子どもたちに一番人気のメニューはトマトソースのバスタです。



協力: Jarguau 小学校



Report  
イエン・リーさん

ジャルゴアはジャンヌ・ダルクで名高いオルレアン近郊のどかな田舎町です。

Contents

- 02 アグリレポート  
デリケートな  
触感をどこまでも  
大切に
- 08 カラダに効くレシピ  
桃のフレンチレシピ
- 10 ぼくらのごはん  
柄杓田小学校
- 12 直売所でアレも食べたい!  
コレも食べたい!  
旬彩ひろば とまと
- 14 保存食のススメ  
梅干し
- 16 エッセイ  
食と農への想い
- 18 明日のアグリマン!  
土井雅喜さん  
(JA福岡大城)
- 20 お母さんの味  
八女市黒木町  
「四季菜館」の  
鬼の手こぼし  
～中華風～
- 22 食にまつわるエトセトラ  
食ブログ  
地産地消の店
- 23 読者の声・編集後記

アグリ

ふくおか

Vol.10

気配りが見えました。

繊細な果物だけに、育て方にも並々ならぬ

遠方からもわざわざ買い求めに見えるほど。

桃部会長を務める末永さんの桃は、

一年中大忙しの末永荘さん(JA福岡みやこ)を訪ねました。

今回は、その4種類とも栽培して

豊富な種類を誇っています。

中でも新田原地区は、桃やイチジク、ブドウ、梨など

福岡県の東部・行橋市は、フルーツの産地として有名。

フルーツの産地・新田原の「桃」

デリケートな  
触感をどこまでも  
大切に

## 桃・梨・ブドウ・イチジクと 三代受け継ぐ果樹栽培

北九州と大分・宮崎を結ぶ国道10号線。沿線にのどかな田園地帯が広がる行橋市ですが、ここ新田原近郊に入ると、あちらにもこちらにも果樹の畑が目立ってきます。

細長い葉っぱの桃の木、広げた手に見える葉のイチジク、棚にぎっしり枝を張るブドウや梨の畑。それぞれが、園主の方々の努力の結晶です。

この新田原地区は、戦前にミカン栽培で有名な広島や四国から移住してきた人が多く、その技術をもとにさまざまな果樹栽培が盛んになったといわれています。

その中の一軒、「末永果樹園」も大正時代から果樹栽培を始め、今の園主 末永荘一さんが3代目。祖父から父へ、そして荘一さんへと伝統が引き継がれています。

末永果樹園の第二の特長は、栽培するフルーツの種類が多いこと。他の多くの農家がイチジクと桃の2種類を主にしているのに対して、ここでは4種類。6月末からの桃に始まり、8月中旬からは梨、下旬からはブドウ、同様にイチジクと続き、10月下旬まで途切れることなく収穫が続きます。

その後ももちろん、各果樹の剪定や摘蕾、摘果、袋かけと休むヒマもなく、再び次期の収穫時期に突入してしまつとか。



## アグリレポート



- 1 広い桃畑。収穫は末永さんが一人で行なうため、最盛期には夜明け直後くらいから取り掛かることもあったか。
- 2 去年からのさまざまな農作業の大変さも、甘い実が熟すれば、忘れてこの笑顔になれる。
- 3 まさに“ちぎり頃”の桃の実。赤みがあるほど糖度も高い。
- 4 デリケートな実だけに、袋ごとそっと収穫して選別場に運ぶ。
- 5 実に指跡などがつかないよう、ちぎり方はあくまでもていねいに。



それでも、「おいしい果物を届けたい」という末永さんの熱意が、毎年豊かな実りとなって表れています。

### 一日ずれると熟し過ぎ 難しい収穫のタイミング

4種手がけるフルーツの中でも、末永さんが部会長を務めて栽培にも熱心なのが「桃」。品種も早生のミサカや赤宝、中期にアカツキ、そして晩生の清水白桃、川中島白桃など多彩です。

「このあたりの土は赤土でね、肥料分が逃げにくいから、糖度が増すんですよ」

その大地にしっかりと根を張った桃の木が、ずらりと並んでいます。摘蕾・摘果を経て枝に実った果実に、一個一個かけられた紙袋。5月末頃、パートナーたちが一斉に作業しました。その袋の切れ目から、一個ずつ真剣に目を光らせる末永さん。熟れ具合をチェックしているの



8

穫を前に大落胆することも今まで何度かありました。「どうか無事に過ぎてほしい」と、祈る思いが続きます。

そんな苦労も、無事収穫を迎えると吹き飛んでしまいます。やわらかく繊細な実の桃だけに、そっと受け止めるようにちぎって選別場へ。ここには、近郊はもちろん、関東関西からも注文のファックスが届きます。

一年間真心こめて育てた桃の甘さが、香りとともに届くことでしょう。

### 梅雨や台風を耐えて訪れる収穫の喜び

「桃というのは、収穫のタイミングが難しい。早いと固くて甘くないし、一日でも遅れると熟れ過ぎてしまうんです。指で触ると傷むので、赤みや黄色みなど色付きを目で確かめるんですがね」

この見分け方は、10年以上勤めるパートさんでも「失敗しそうで怖い」と尻込みし、収穫は末永さん一人が受け持つとか。

桃畑の広さは約80a。収穫時期には夜明け頃からちぎりに入るそうです。

「品種の改良で、昔より糖分と糖度も上がりました。高いものだと16〜17度にもなりま

すよ」

そんな末永さんたち果樹農家にとっても、何よりの大敵が夏の台風。風で落ちたり、風に揺さぶられて傷がつくなど、収

### 桃をおいしく食べるには？

- ◎桃は冷やし過ぎると甘みが落ちるので、食べる2〜3時間前に冷蔵庫の野菜室に入れてください。
- ◎桃の糖度は、枝についていた側よりお尻（果頂部）の方が高い傾向にあります。食べるときは縦にくし型に切り、枝側の方から食べると最後まで甘みを感じます。

- 6 末永さんが収穫してきた桃を、パートさんがサイズごとに選別。
- 7 今シーズンも、全国各地から注文が相次いだ。
- 8 うぶ毛に包まれたこの美しさ!



76



アグリレポート



## 桃のフレンチレシピ

### ●桃のコンポートと鯛のマリネ～大葉の香りと共に～ 材料(4人前)

#### <桃のコンポート>

◎桃…1ヶ ◎コンポートシロップ(・白ワイン…190ml・水…380ml・グラニュー糖…150g)  
ミント・オレンジの皮・レモンの皮…少々

#### <鯛のマリネ>

◎真鯛…200g ◎大葉…8枚

#### <白ワインのジュレ>

◎白ワイン…300ml ◎レモン・ミント…適量  
◎ゼラチン…1.4%

#### <サラダ用>

◎大根 ◎赤玉葱 ◎プチトマト  
◎人参 ◎キュウリ }それぞれ適量

#### <飾り・香り用>

◎芽葱 ◎穂じそ  
◎紅たて ◎セルフィーユ }それぞれ適量

#### <ソース(ドレッシング)>

◎オリーブオイル(ヴァージンオイル) ◎塩・レモン汁  
◎ハチミツ……………それぞれ適量

作り方のポイント ★桃を甘く、煮すぎないこと ★ヒラメ等の白身魚でもOK



#### 【作り方】

- 1) 桃をコンポートにする。シロップ用の材料を全て入れ沸かし、漉して桃を弱火で煮る。
- 2) 真鯛を塩・砂糖でマリネする。塩3:グラニュー糖1の割合で2時間マリネして、水で洗い流して

水気を取る。白ワインのジュレを作る。白ワイン300mlに少々の砂糖・ミントを入れ、火にかけてアルコール分をとばして1.4%のゼラチンを加えて漉して冷しかためる。

- 3) トマト以外の野菜を千切りにして水にさらし、サラダを作る。
- 4) ソース(ドレッシング)を作る。オリーブオイル(ヴァージンオイル)に塩・レモン汁を入れ、ハチミツを入れて味を整える。刻んだ芽葱を加えても可。
- 5) 真鯛のマリネ、大葉、桃のコンポートの順に重ねて、白ワインのジュレをのせる。
- 6) サラダを盛りつけたら、プチトマトや紅たて、穂じそ、セルフィーユを美しく飾り、ソースをちらす。



教えてくれたのは…  
La Rochelle ラ・ロシェル福岡  
菅原 淳一シェフ  
10数年前、鉄人・坂井宏行シェフとの出会いがあり、8年前ラ・ロシェル福岡オープンと同時にシェフへ。菅原シェフのテーマは“季節をどう表現するか”、“自分が食べたいものや味の組合せをメニューとして表現すること”。「今回は、桃と鯛のアンバランスな組合せと野菜の食感を楽しんでください」。菅原シェフの個性がキラリと光る独創的な一皿です。

## カラダに効く レシピ

vol.3

## 桃のフレンチレシピ

柔らかな果肉とジューシーな果汁が特徴の桃。

桃は丸ごとガブリと食べるのが豪快で美味しい食べ方ですが、コンポートやスープにと、色々な味が楽しめます。

今回は、ちょっとおしゃれにフレンチで「桃」を演出してみました。

#### 素材の知識・桃の見分け方

形は左右対称で押し傷のない、成熟したものを選びましょう。食べごろかどうかの見分けは、ひっくり返して枝のついてた所まで色が回っていればOKです。また、完全熟すると匂いも強くなります。





5月はこのイカの一夜干し作り、秋にはアジのみりん干し作り、そして3月にはカキの収穫と、全校生徒で取り組みます。



「まず胴体に指を突っ込んで、胴と内臓をはずすとよ。墨袋は破らんごとね」袋を破ると、墨で身が真っ黒に汚れてしまうのです。

この体験を通して、環境を大切にすることも育んでほしいですね。

浦一夫校長先生



## ぼくらのごはん～未来の食を想う～

# 北九州市立 柄杓田小学校

ひ しゃく だ

近年「魚嫌い」の子どもが増えているとか。でも、ここ柄杓田小学校の子どもたちは全員「魚、大～好き」。その証拠に、自分たちで魚やイカをさばいたり、干物まで作ってしまうんです。素材はもちろん地元の漁港に揚がったものばかり。近所の人たちも温かく指導し、見守っています。



驚くのは、校庭の一角に「一夜干し専用」のポールがあること。イカを並べた網カゴをここに高く干して風に干すのです。

### 地元で獲れるイカで「一夜干し作り」の体験

今日は、教室がいつもの校舎内ではありません。学校からほんの数分歩いたところにある柄杓田漁港。穏やかな海を目の前に、全校生徒24人が集まっています。

それぞれ思い思いのエプロンに長靴姿。中には首にタオルでビニール前掛けと、まさに「漁師姿」の子も。みんな期待でワクワクしています。今日はこれ

から、漁港で水揚げされたばかりのイカを自分でさばいて、「一夜干しを作るといふ食育授業」です。

ここ柄杓田漁港は昔から、イカやアジ、カニ、カキなど海の幸が豊かに獲れてきたところ。生徒たちのおじいさん世代には、年季の入ったベテラン漁師もいます。漁業で成り立ってきた地元の魅力を再発見し、自然の素晴らしさを体験させたいと、11年前からこの体験授業

### 低学年から包丁も「危険さもちろんと学ぶ」

授業はまず、グループで予習してきた発表から始まりまして。「イカの種類」「さばき方」「イカについての豆知識」「料理いろいろ」：絵も自分たちで描いて、なかなかの力作ぞろいです。

そしていよいよ実習開始。地元のベテラン主婦や漁師さんにアドバイスを受けながら、交

代で包丁を持ち、イカをさばいていきます。

「わーっ、ぬるぬるして気持ち悪い！」とあちこちで声も上がりますが、表情はみな真剣なもの。上級生は下級生をやさしく指導しています。

「イカって何で墨持つてるのかな?」「危険なとき、墨を吐いて敵から身を守るとよ」と、理科の勉強も混じりながら。工程は次に包丁で胴を切り開き、「一夜干し」の形に。包丁は

危なくないかと、浦一夫校長先生に聞いてみました。

「一二年生の子も、ちゃんと使えます。危ないものは注意して扱うことを、こうして学んでいくんですよ」

### ふるさとの食文化を受け継がせた

さあ、100バイ近くのイカがすべて下処理を終わりました。これを塩水に漬け、学校に戻って風干しです。

「早く乾かかなあ」「今夜は食べれるね」と、見上げる子どもたちのキラキラした笑顔。

指導した地元の方々も一緒に笑っています。「自分で作って食べる楽しさや、魚を獲ってくれる人への感謝、自然のありがたさを、子どもたちが知ってくれればうれしいですね」

できた一夜干しは、それぞれの家庭に持ち帰って家族で味わったり、近所にもお裾分けするとか。昔からこうして伝わってきた食文化が、今年もちゃんと子どもたちに受け継がれました。

VOICE

お客様の声

田上ツタエさん



長生きできたのは、やっぱり故郷の空気と新鮮な野菜のおかげですね。

ごひいきにしてくれるお客様の信頼を裏切らないようにがんばらないとね。

VOICE

生産者の声

中野節子さん  
(トマト出荷)



ナスなど。お客さんは袋に貼られた生産者シールの名前を見ながら、ごひいきの農家ものを選んでいきます。ちょうどトマトを出荷しに来た中野節子さん。中野さんのトマトも、「これでなきゃ」と名指しで買いに来るお客さんが多いそうです。出荷に来ると、ついでに自分の買い物も。「ここはやっぱり新しいし安心だからね」。同じ野菜農家だけに、品物を見る目も確かです。

店長の田中さんによれば、ここでは農家の方に昔ながらの在来種野菜の栽培も勧めるなど、特色ある野菜づくりを目指しているとか。また、店の壁にはスタッフが手書きした「野菜料理メニュー」が何十種類も貼られていました。こうした熱心さが、遠方からもわざわざ買出しに来る客数の多さにつながっているのでしょう。

生産者さんの思いを、お客様へ言葉を添えてご提供しています。

店名:旬菜ひろば とまと  
営業時間:8:00~17:00(夏期:4~10月)  
8:00~16:00(冬期:11~3月)  
営業日:毎週 水、木、土、日曜日  
住所:福岡県朝倉郡筑前町東小田1650-1  
TEL:0946-42-4841 (JA筑前あさくら西部営農センター)  
●ホームページ

[http://www.asakura-fk-ja.or.jp/new\\_tomato/syun.htm](http://www.asakura-fk-ja.or.jp/new_tomato/syun.htm)



店長  
田中さん



JA筑前あさくら農産物直売所

# 旬彩ひろば とまと (朝倉市)

筑後川に沿って広がる田園地帯。そこで採れたての野菜や果物が「旬彩ひろば・とまと」の自慢です。週末には福岡市や久留米市などからも、車で買出しに来るお客さんで大賑わいです。



**朝** 倉や日田から福岡市へ抜ける国道386号線。車の往来も激しいこの道沿いで、ひっきりなしに駐車場へと車が入り込む一画が、「旬彩ひろば・とまと」なんです。一歩店内に入ると、腰よりや

や高い棚に、青いプラスチック箱が100個以上もすき間なく並びます。それぞれが、生産者の出品する野菜や果物なのです。今の季節なら、トマトにキュウリ、ゴボウ、玉ねぎ、カボチャ、

# vol.3 保存食のスズメ

## 梅干し

「梅干しは二日一粒食べれば医者いらす」と言われます。梅干しのもつ食欲増進や疲労回復の効果は誰でも知っています。身近な保存食「梅干し」のことを、赤村特産物センターの会長で加工部代表の中原弘子さんに、教わってきました。

「手で漬けるから美味しいの」  
 皆から「先生」と慕われている中原弘子さんは、かつては教職に就いていた80歳。赤村の仲間たちと試行錯誤で漬けるようになって十数年の「梅干し」は、今ではひっぱりだこの人気商品となりました。

ふくらみとして味と香りの良い梅干しは、センターのお弁当に入れると、消費者から「この梅干しですか？」と問い合わせが来るほどの美味しさです。「梅干しは手で漬けるから美味しくなるの。手塩にかけると言うでしょ。あとは素材とタイミング。」と言う中原さんに、簡単でおいしくできる梅干し作りのことを教わりました。初めての方もぜひチャレンジしてください。

梅は収穫して2晩おく  
 ぽーっと黄色く  
 色づいたら...

あく抜き

4時間水に漬けて



水気を拭いて  
 楊枝でへたを取す。

塩漬け



・梅2kgに  
 ・塩360g  
 ・重さは梅の  
 半分の重さ(1kg)

水(梅酢)があがりすぎると  
 なら、15日ほどで重しをどける。

英山を源流とした清流  
 「今川」の流れる  
 緑豊かな盆地です。



赤村特産物センター

20日ほどして土用に干す



もみしよ作り

食田さんは、たまたま訪れた  
 赤村と中原さんの人柄にひかれ  
 北九州から毎日休業に通い中!



穂先はいい色が  
 できね

手打ちもまよやか  
 加菜さん

梅2kgに  
 しよ200g、もみ塩40g

本漬り



しよと梅を交互に3段に  
 重ね、梅酢と、しよか  
 辣と出さな、程量入れた  
 梅酢が減らさる。

冷暗所で保存  
 3週間(食卓用)

- ・たたいた梅の皮、みよ、米酢、梅酢を混ぜるとおいしい!
- ・しよは乾燥させてゆかりに
- ・ゆかりに、炒たかよりちみじも混ぜ、ふりかけに



干すのは一回。  
 そのほうが柔らかく  
 仕上がるの。

しよは  
 つんだら  
 すく塩まき

しよは梅雨を越すと  
 産りが悪くなるから、  
 梅が干し上がった前に  
 先に用裁!

最初のあくは  
 絞ります

梅酢を加えたと  
 ハッ!とみよいな  
 赤に変わった!

- ポイント1 「素材」梅はいいものを。塩はミネラル豊富な海水塩や岩塩を。
- ポイント2 「タイミング」梅をちぎる、漬ける、干す、すべてにタイミングがある。
- ポイント3 「清潔」使用する桶や道具は熱湯消毒し天日で乾燥、清潔を心がける。



中原さん 加菜さん 食田さん

レポートイラスト/まきりさ



「ケモノの本能」

声

を大にすることでもありませんが、私は居酒屋が大好きです。品書きを見ながら、今日は何をつまみに吞もうかなと考えをめぐらす時間が、私の至福のときです。そして、そんな幸せな悩みの終着点は、いつも決まって「今朝掘りたてのタケノコ」とか、「新鮮生もつ炭火焼」とか、「福岡産プロッコリーのおひたし」といった、地元の採れたて食材を使ったメニューに落ち着くのです。(たとえ世界三大食材と言われるキャビア・トリュフ・フォアグラ全てを惜しげもなく使用したいかにも旨そうなおつまみが、

同じ値段でメニューに載っていないとしても、です。)

「新鮮なものが一番に決まってる!」「地元の農業を振興することは正しいことだ」「はるか遠くからわざわざエネルギーを使って運んできた食材を食べるのはエコロジカルではない!」「地産地消だよ地産地消!」:頭で考えると、そういう事なのかなと思います。ただ、「福岡産○○」と言われると、思わず食べたくなったり買いたくなったりする、その衝動の根っこにあるものは、もって感覚的・原始的なもののような気がしますのです。

そ

れを一言で言ってしまうと、私の中にわずかながら残されている「ケモノの本能」ということなのかもしれません。:食べられそうな草が生えていけば、摘みたくくなる。おいしいような魚が泳いでいけば、掴みたくなる。旨そうな実がなっていれば、採りたくなる。それは、動物の本能的行動として、自然なものでありましょう。

我々の目の前で生きて動いている動物たちを、見て、嗅いで、触って、そして思いきって口に入れてみる。まずければ口から出し、塩をかけてみたり、水に浸けてみたり、時には火を

通してみたり、なんとかおいしく食べる方法を探してみる。運が悪ければお腹をこわし、稀には猛毒を持ったものを食べてしまい、最悪の場合は、死んでしまうかもしれない。:

人

間はこうした本能的な行動と工夫とを繰り返しながら知恵をつけていき、他の動物たちに比べて格段に多くのおいしく食べられる食材を発見し、食してきたのだと思います。しかし、文明が発達しすぎたということなのでしょう。現代の人間は、動物の本能を全く呼び起こすことをせずとも、食事を摂ることが可能になっています。もちろん「コンビニの食べ物やファストフードもたまに食べると便利で楽しいものですが、もしも100%それだけで育った人間がいるとしたら、それは栄養の問題以前に、動物の本能の問題として、何かかなりイケナイ気がしてな

りません。

小

学校二年生の頃からずっと実家の庭にはきゅうりやナスの実る小さな家庭菜園があり、大学で一人暮らしの時にはちよつと古くなりかけた鶏

肉をくんくん嗅いで「ちゃんとお火を通せば大丈夫だな」とか言いながら食べていた私は、こんなことを頭の中に妄想しながら、今日も居酒屋で品書きを眺めるのです。

椎葉ユウさん

(ラジオパーソナリティー、フリーアナウンサー、タレント)

東京大学卒業後、地元福岡で9年間、国語教諭として県立高校に勤務。その後、音楽好きが高じて現在の業界に。朝・昼は「パーソナリティ」「コメンテーター」「ディレクター」「ライター」「ナレーター」「MC」など、夜は時々クラブやバーのDJとして、多岐にわたり活躍中。



# 明日のアグリマン! ~アグリの現場で躍動する若いチカラ~

雇用対策としての新規就農支援や、田舎暮らしへの関心の高さもあり、ここ数年新たに農業を始める人が増えている。土井さんははじめは、そのひとりだった。当初は自給自足のための有機栽培をしていたが、次第に「本気で農業をしたい」という思いが強くなる。そして、妻の父から農地を借り入れ、大川市のいちご農家に。義父はもちろん周囲の先輩に学びながら、子どもたちの農業体験イベントなど地域活動にも積極的に取り組み、農業人としての“自分づくり”を目指す日々。



簡単にはできる仕事じゃない。だからこそ、この環境に感謝。4度目の春を終え、新たな苗を植えながら、土井さんは言います。「私の場合は、義父や地域の方たちがつくった土台があったから思い切り農業ができる。本当に感謝しています」。義父の、土井さん自身の成長を願う思いから、それぞれのハウスは経営が別なのだそうです。もちろん共同作業もあり、義父から多くのことを学ぶ毎日なのだとか。

新規就農者が増えているとはいえ、非農家から始めるには資金面や精神面などのハードルがあるのです。

人と関わることから、可能性を見つけていく。

土井さんも始めたばかりの頃は、焦りから悩みが尽きませんでした。そんな時「地域の寄り合いに行ってみたら」という義父の言葉に背中を押され、JA青年部の活動にも積極的に

参加するように。同世代の先輩から学ぶことは、自身の農業へ活かすことはもちろん、精神的にも大きなプラスになっているそうです。また、青年会議所で出会う異業種の人たちにも刺激を受け、地域交流や活性化にも取り組んでいます。「新しい農業の形や夢も、一人ではできない。今はとにかく人に学び、自分づくりの日々ですね」。

就農支援とは、資金や環境だけでなく、地域との繋がりという、心の支援“も重要なものかもしれません”。



「苗の出来で収穫に差が出るんです」。研究熱心な雅喜さんに、「主人は熱中しすぎる性格なので、時々冷静になるように言います。健康あつての農業ですから…」と、優しく微笑む沙恵子さん。「“農家の嫁ではなく農家の娘だ”という誇りを持って農業に取り組む妻の姿にも、力をもらいます」と雅喜さんも頷く。



## Profile

東京で進学・就職後、沙恵子さんと結婚、長女の優花ちゃんが誕生。子育てを考慮して故郷の佐世保へ戻り、有機栽培を始める。2006年からいちご農家へ。現在36歳。

農業人としての  
”自分づくり”のために。  
人に学び、人の輪を広げていきたい。

土井雅喜さん（JA福岡大城）



八女市黒木町  
「四季菜館」の

鬼の手こぼし〈中華風〉

里山や棚田に囲まれた黒木町。緩やかに続く山道沿いに「四季菜館」があります。平日の午前中、運動着姿で筍の選別を手伝う中学生たちの姿が。ここでは職業体験や、農業体験の受け入れも行われています。自給自足の生活を体で学び、地の物を使った手作りの料理に、自然の恵みと人の温もりを感じる…そんなひと時を求め、多くの人が訪れています。



鬼の手こぼし〈中華風〉

【材料】

- ◎ごぼうや人参など、旬の野菜  
…適量(みじん切り)
- ◎鴨肉…適量(ご家庭では鶏肉でも可)
- ◎水…適量
- ◎米…適量(もち米・うるち米の割合は3:1)
- ◎醤油…適量
- ◎黒砂糖…適量
- ◎鴨のあぶら…適量
- ◎ゆずのしぼり汁(酢でも可)…適量
- ◎竹の皮(本来はモウソウダケの皮)
- ※各分量は米の量に合わせてください



もう1度蒸らすのがポイント

【作り方】

- 1) 鴨肉はあらかじめ煮ておく。
- 2) 米を蒸しながら、一方では具の準備を。1)の鴨肉と煮汁の中に野菜を入れて煮る。人参は色が変わるので最後に。味付けは、醤油や黒砂糖で好みの味に調整する。鴨を柔らかくするため、ゆずのしぼり汁か酢を入れる。
- 3) 蒸した米が温かいうちに具と混ぜ合わせ、適量をとり竹の皮で三角形に包む。中身が外に出ないように、最後は竹の皮を細く切って紐状にして巻きつけ、しっかりと結ぶ。
- 4) 包んだものを15分〜20分ほど、蒸す。  
※具は残ったら冷凍しておいて、焼き飯などに入れても美味。



**合** 鴨農法による有機栽培や野菜を作っている農家の椿原さん。ご夫妻が「農業体験施設四季菜館」をオープンしたのは平成9年のことでした。「本場の意味での産地直送とは、人と人の交流があつてこそ」と感じ、都心に住む人々に、農業と自給自足の暮らしを体験してもらええる場所をつくりたかったのだとか。1階は囲炉裡のある居間と広々とした台所、2階は宿泊施設になっています。「農作業も料理も、準備から何から全員一緒にやるけん朝は早かよ〜(笑)」と館長の椿原まり子さん。作業等を通して、人と協力することが不可欠だとわかる。正しく、人生にとっての「生きる力」が学べる場所だと、小中学生はもちろん、最近では大学生や留学生も多いそうです。

皆で作るのにつけてつげなご馳走が、「鬼の手こぼし」。竹の産地、八女に伝わる郷土料理です。いわゆる「ちまき」なのですが、八女の言葉で手の甲のことを「こぼし」と言い、頑丈な竹の皮で包まれた見た目が「鬼の手」のように見えることから、この名がついたと言われています。

本来は米だけのシンプルなちまきですが、「四季菜館」の味は中華風。自家製のもち米とうるち米を蒸して、筍、人参、ごぼうに椎茸といった旬の野菜と、合鴨肉を使った伝統料理やけど、そんな時々で母親のアレンジが入って、少しずつ変わってくる。だけん、この場所ですが、今しか食べられないけん、おもしろかよね。」とまり子さん。味付けにも「砂糖や醤油は好みでよか」とのこと。「四季菜館」ならではの味の決め手といえば、鴨のあぶら。前日から煮ておいた合鴨の煮汁から出たあぶらが、鴨の香りと、お米に独特の照りを出してくれるのです。

さあ、お米が蒸し上がったら皆で竹の皮に包んでいきます。形はバラバラですが、それもご愛嬌。「昔は忙しい合間のおやつやった。今はたくさん人が来る行事の時やらに作るんですよ」。おしゃべりに笑顔がこぼれる、ひとときです。

読者の声

いつも楽しみにしています。生産者の方々の  
ご苦労や、心をこめて作ってくださっている  
様子を知ることができるのが、とてもいいですね。  
登場される皆さんがとてもいい顔をなさっていて、  
お米や野菜がより一層おいしく感じられます。

千葉 真弓さん

編集後記

今年6月から福岡女子大学、JA筑前あさくら、JA福岡中央会三者がタッグを組んで朝倉市秋月地区での「大学生アグリスクール」を実施しています。この取り組みは、大学生に農業・加工体験を通して食べものや農業への理解を深めてもらうためのもの。

第1回目は、ナシ、リンゴの袋かけやさつまいも等の苗植え作業を実施。

何かをする時に一番肝心なのが、「自ら楽しむこと」。楽しみとして自分の中へ取り込まないと、そこで思考が止まります。嫌でやったことは、思考的にも記憶的にもそこで止まり、「工夫する」「改善する」等へつながっていかないと常々思っているところです。

自らの意思で参加した学生たちは、梅雨空の蒸し暑さにも関わらず、率先して次から次へと真面目に、楽しみながら作業を進めている姿に感心! 感心!!

8月の収穫が楽しみです。

さて、私たちが食べものを食べて「美味しい」と感じる構成要素の一つに、「心理・脳で感じるもの」があります。これは、記憶や情報、感性にあたるものです。

「小さい頃、食べた味の記憶は大人になっても忘れず、自分が調理する時、味の記憶としてよみがえる。それをどう引き出し、組み合わせるか」。ラ・ロシェル福岡の菅原シェフの言葉です。

秋月の自然いっぱいの中で汗を流し、泥まみれになって作業したことや自ら育てた農産物の成長過程の観察、いただける感謝の心、そして何より味。美味しいと感じ、それを語り、「楽しさ」の記憶として残ることで、次の行動へのステップにつながっていくことを期待します。

(JA福岡中央会・古賀美智子)

無料配布申込みとご意見ご感想は、  
JA福岡中央会 農業対策部 までお送りください  
FAX 092 (724) 1218

●ホームページ [JAグループ福岡](#)

「ん参った北海道から帰れず!」  
など、神出鬼没さま満載のタイトル。食、それらをとりにまく人々や景色、農、畜産、漁業などの営み。それらが写真と共に、全国津々浦々からレポートされる。

そのそもその始まりは、出張先から知人たちに届けられた「食い倒れ」のメール報告であったというこのブログ。誰もが容易に情報を発信できるようになった今日、食に関するブログが多々

存在する中でもさらにと光る。好きが高じて腕を上げた見事な写真は、多様な食材や料理を艶めかしいほどに見せ、その人が昇り立ってくるような躍動感あふれる書きぶりは、読み手を引き込み、飽きさせない。が、「きらり」の一番の理由は、食べることを愛するからこそ日本の食の現状をどうにかしたいというやまけんの、まっすぐで、あけつぷりな、しぶとい探求欲だろ。最近のエントリーでは、口蹄疫と時を重ねるように進化した、やまけん所有の短角牛「さち」が「さちの肉」になるまでの過程を綴ったものが印象深い。おいしいもの、佳い食。色鮮やかな写真と、パンチがきいた書きぶりは、食欲も「知欲」も刺激してくれる。

て、念願の食事どころをオープンしたという次第。  
メニューは、ひと月ごとに替わるコースのみ。その一皿一皿に倉重さんのアイデアや今までの経験がぎゅぎゅ詰められて、お客様の舌と興味を十二分に楽しませてくれる。中でも倉重さんの熱い心が詰まっているのが、数々の野菜である。



福岡市中央区桜坂3-7-8 TEL:092-771-5818  
※1日3組のみ・予約必須・コースのみ(昼5250円、夜5750円)  
※8月・2月は休店。

農産物流通コンサルタント、  
山本謙治、通称「やまけん」。やまけんが、1年のうち約120日を全国各地への出張に費やし、行く先々で「佳い食」を探し、それを書き綴った7年の記録が「やまけんの出張食い倒れ日記」。「これから鹿児島〜宮崎行つてきます」があったと思えば、「う

存在する中でもさらにと光る。好きが高じて腕を上げた見事な写真は、多様な食材や料理を艶めかしいほどに見せ、その人が昇り立ってくるような躍動感あふれる書きぶりは、読み手を引き込み、飽きさせない。が、「きらり」の一番の理由は、食べることを愛するからこそ日本



オススメ!  
食ブログ

食べることへの愛と「佳い食」への飽くなき探求。  
「やまけんの出張食い倒れ日記」

www.yamaken.org/mt/kuidaore/

福岡女子大学 和栗百恵



オススメ!  
地産地消の店

「ごはん屋 今(いま)」  
少量生産の「野菜農家」を応援したい!  
だから続々生まれるアイデア野菜料理。

この店のオーナー兼シェフ・倉重隆さんの経歴はユニーク。もともと建築家だったのだ(今も辞めてはいない)。仕事の合間に世界各地を放し、若いときから料理を楽しんできた。そして3年前、自宅を改装し

そうやって入手した野菜だから、味つけも野菜の持ち味を生かすように、素材ごとに塩を変えるなど細心の気配りも。まさに、「今(いま)」でなければ味わえない料理ばかりである。

この中で、福岡でも原種に近い野菜とか、自分の好きな野菜を少しずつ熱心につとめる農家がある。そんな生産者を応援したいんですよ。  
だから、料理の中にはマツシラやレモンキュウリ、龍舌豆、ホワイニンジンなど、食べたことのない野菜との出会いも楽しめる。自分で採った種を提供して、農家に栽培してもらっている。また、「伊都菜彩」といった直売所などで購入した野菜も使用している。