

ジェイ  
丹波だより

OCT. 2019 | ISSUE NO. 16



小豆の花

2019年10月号 CONTENTS

.....

- ▷ 稲刈りシーズン到来
- ▷ すだち、かぼす、ゆず
- ▷ 黒枝豆、順調に育ってます
- ▷ 丹波栗ってどんな栗？
- ▷ 黒枝豆ごはん
- ▷ 11月のお知らせ

自然との共生をめざす

ジェイ農園

# 稲刈りシーズン到来

丹波に秋がやってきた！

いよいよジェイ農園でも稲刈りが始まりました。少し心配していたお天気も良い感じですよ！無事に育ってくれて感謝です。皆さんのところにしっかり届けられるよう、雨が降ってしまうまでにどんどん刈っていきますね。



◇ササニシキ

左の写真は5月26日の「田植えまつり」で子どもたちに植えてもらった稲の様子です。実が充実してきたので穂が垂れ下がりにだしていますね。これはササニシキという品種で、炊き上がりの香りがとても良い、うるち米の一種です。昔の日本人はあっさりしたうるち米を主に食べていました。アレルギーが出にくい、体に優しいお米なんです。

コシヒカリやササニシキは、稲刈りできるくらいに色づき熟してきています。一方で、ハッピーヒルや古代米はまだまだ穂も垂れていないので、稲刈りは先になります。品種によって、成長するスピードが違うんです。



古代米とは、読んで字のごとく「古代から栽培されている品種」のお米のことです。赤米は赤飯のルーツとも言われ、弥生時代に主に栽培されていたようです。緑米の起源は諸説ありますが、中国やインドが発祥だと言われていています。もち米の一種で、甘みと粘り気があるのが特徴です。どちらも玄米のまま食べるのが一般的です。

◇ハッピーヒル



◇赤米



◇緑米





スダチ、カボス、ユズ、みんな順調に育っています。スダチ、カボスは収穫時期です。ユズはこれから熟して、イメージ通りの黄色になります。収穫時期はまだまだ先ですね。スダチ、カボスは焼き魚や刺身に搾ったり、汁物に搾ったり、ポン酢にしたりと、何にでも使える万能選手です。どちらも同じような使い方をするのですが、関西ではスダチが一般的のようです。ユズは、果汁よりも皮がメインですね。皮を削って香りづけに使ったり、ジャムにしても美味しいですよ。醤油と混ぜてお手製の“ゆずぽん”を作ってみるのも、季節を感じる事ができて良いかもしれませんね。



◇すだち



## 黒枝豆、 順調に育っています

黒枝豆はこれから莢が大きくなり、10月上旬～下旬にかけて旬を迎えます。上の写真は、花と莢になりかけているものがついています。下の写真は、一昨年10月中旬。しっかり大きくなって収穫時期を迎えたものです。今年も無事に育ってくれますように！

◇上：黒枝豆の花と小さな莢 ◇下：収穫時期の黒枝豆

◇丹波栗

## 丹波栗ってどんな栗？

平安時代には丹波の栗が朝廷に納められていたという記録があるほど、丹波栗は昔からその美味しさが認められていました。ちなみに「丹波栗」という品種があるのではなく、丹波地方で育った栗をまとめて丹波栗と言います。色々な種類の栗が栽培されていますが、9月中旬～10月上旬が丹波栗の旬となっています。





## 黒枝豆ごはん

### 《材料：3～4人前》

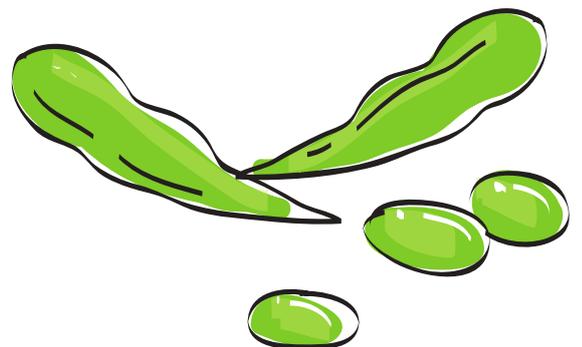
- 黒枝豆 . . . . . 3/4カップ
- 米 . . . . . 2合
- 塩 . . . . . 小さじ1

### 《ひとこと》

シンプルなレシピなので、素材そのものの味が引き立ちます。採れたての黒枝豆は、ほくほくしていてほんのり甘く、飽きの来ない味です。私達も、毎年この季節に必ず頂いています。是非一度ご賞味ください。おにぎりになると、また一段と美味しいですよ。

### 《作り方》

- 01 お米を洗い、炊飯器の2合の目盛りに合わせ水を入れる。
- 02 その上から、さやから取り出した黒枝豆と塩を入れて炊く。



# ジェイ農園11月のお知らせ



**大**根の芽が出そろってきました。品種は打木源助大根(うつぎげんすけだいこん)で、石川県の伝統的な大根です。味が染みやすく、煮物に向いています。11月ごろには収穫してお届けできると思います！

## お米の販売

## 出荷予定場所

✓ ココモ春日店  
〒669-4131  
兵庫県丹波市春日町七日市648

✓ ナナファーム須磨  
〒654-0043  
兵庫県神戸市須磨区外浜町1

✓ JA丹波ひかみ本店  
〒669-3461  
兵庫県丹波市氷上町市辺440

✓ ゆめタウン姫路  
〒670-0055  
兵庫県姫路市神子岡前3丁目12-17

✓ ジェイ農園HP  
現在“ササニシキ”と“ハッピーヒル”の販売をしております。どちらも丹精込めて育てた自慢のお米です。是非一度ご賞味ください。



<https://www.jnouen.com>

## イベント出店

✓ 元町水曜市  
「丹波あじさいクラブ」として出店  
場所：元町商店街一番街  
時間：AM11:00～PM7:00  
日付：11月20日(水) 毎月第3水曜日(12月除く)

## 最新情報



✓ Instagram



Instagramで随時最新の情報をお届けします。農園の様子も毎日投稿しています。宜しければご覧ください。いいね、フォローお待ちしております。

#ジェイ農園

@j\_nouen



自然との共生をめざす

ジエイ農園

〒669-4274 兵庫県丹波市春日町棚原78  
TEL 0795-75-2250  
FAX 0795-75-2251  
MAIL [tamba@j-farm2009.com](mailto:tamba@j-farm2009.com)  
WEB <https://www.jnouen.com/>