

ジェイ

# 丹波だより

JAN. 2021 | ISSUE NO. 31



霜に降られたキャベツ

## 2021年1月号 CONTENTS

.....

- ▷ 丹波霧のめぐみ
- ▷ 椎茸ハウスのビニール張り
- ▷ 連載《まひるの月より》
- ▷ 海苔のポテトサラダ
- ▷ 1月のお知らせ

自然との共生をめざす

ジェイ農園



## 丹波霧のめぐみ

新年あけましておめでとうございます。誰もが安心して食べられる、そして元気になれるお米や野菜をお届けできるようがんばって参ります。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。



ジェイ農園のメンバー

さて、朝晩の冷え込みが厳しくなる秋から春にかけて発生するのが丹波霧。朝、ラジオから「真っ青な空が広がっています。今日は快晴です。」という言葉聞いても、濃い霧に覆われた薄暗い朝を迎えると「本当に晴れてくれるのだろうか？」と不安になることもあります。それでも朝日が昇り始めると、徐々に霧が晴れくるのですが、その光景は何とも言えない美しさと気持ち良さがあります。

そんな朝晩の冷え込みの象徴である丹波霧が、甘みのあるおいしい野菜たちを育てくれます。特に葉野菜は、暖かい時期に収穫したものと寒い時期に収穫したものでは全く味が異なります。やっぱり野菜は、旬に合わせていただくのが一番おいしいですね。



濃い霧に覆われた様子



霧が晴れてきた様子



## しいたけハウスのビニール張り



しいたけのハウスは普段は黒い遮光ネットのみで、ビニールは張っていません。遮光ネットは雨を通すので、水分が必要なしいたけの原木にとってビニールはなくて良いのです。しかし遮光ネットは雪が滑り落ちにくいため、たくさん雪が降ると最悪ハウスが潰れてしまう恐れがあります。なので積雪の可能性のある冬の時期だけビニールを張っています。スプリングで固定した後、ハウスバンドで上から押さえつけるようにして固定しています。原木しいたけの栽培はなかなか大変なことも多いですが、味は折り紙付きです。是非ご賞味ください。



明けましておめでとうございます！今年はずっと少し勝手が違うお正月だったかと思いますが、皆さまいかがお過ごしになりましたでしょうか？

さて、今月はじゃがいもを使ったレシピをご紹介します。ご存知の方も多いと思いますが、じゃがいもは大きく分けると2種類に分別されます。でんぷん質が多く、ホクホクした食感を楽しめるタイプとでんぷん質が少なく、煮崩れしにくいタイプです。スーパーでもよく見かけるお馴染みの`男爵`がホクホク系で、`メークイン`が煮崩れしにくい系ですね。色々と種類がある中、私はジェイ農園さんの`サヤアカネ`をととても気に入っていて、毎年楽しみにしているのです。ほんのり甘いホクホク系で、ポテトサラダにぴったり！もしお手に入りましたらぜひともお試し下さい。



『古民家カフェ まひるの月』徳島県美馬市脇町大字脇町156

自然栽培やオーガニックなど、素材にこだわったカフェ。  
オープン当初より、ジェイ農園さんのお野菜やお米を使わせてもらっています。





# 海苔の

# ポテトサラダ

*Nori Potato salad*

## 材料 (2人分)

- ・じゃがいも…………… 3個
- ・刻み海苔…………… ひとつまみ
- ・マヨネーズ…………… 大匙3~4
- ・塩…………… 適量
- ・胡椒…………… 適量
- ・焼き海苔…………… 4~6切れ

## 作り方

- 1 じゃがいもを洗って皮をむき、鍋に塩を少々加えて茹でます。
- 2 1を好みの加減にマッシュし、粗熱をとります。
- 3 粗熱がとれたら、刻み海苔とマヨネーズを加えて全体をよく和えます。
- 4 塩・胡椒で味をととのえます。
- 5 焼き海苔とマヨネーズを添えて、器に盛って完成です。

## POINT

荒めにマッシュすることで`ふわとろ`と`ほっくり`の食感を両方味わうことができます。ホクホク系の品種で作るのがおすすめです。

もし刻み海苔がなければ板海苔を豪快に手でちぎって加えてもOKです！

添えてある焼き海苔で一口ずつ挟んで食べるとなかなか乙なおつまみに。。



# ジェイ農園1月のお知らせ

新米できました！



ジェイ農園HP



<https://www.jnouen.com>

令和2年度の新米を収穫しました。  
ホームページやマルシェにて販売中です。  
【品種：ササニシキ / ハッピーヒル】

出荷予定場所



ココモ春日店

兵庫県丹波市春日町七日市648



JA丹波ひかみ

「とれたて野菜直売所」

兵庫県丹波市氷上町市辺440



Fu-do＊Foods

兵庫県宝塚市中野町1-7-101



ナナファーム須磨

兵庫県神戸市須磨区外浜町1



ゆめタウン姫路

兵庫県姫路市神子岡前3丁目12-17

イベント出店



にしのみやノーラマルシェ

場所：六湛寺公園

阪神西宮駅市役所口すぐ、西宮市役所前

日程：11日 10:00～14:00



林自動車様「整備工場」前

場所：神戸市灘区烏帽子町3-1-16

JR六甲道駅から徒歩10分

日程：10日、24日 10:00～13:00



中之島直売所

場所：フェスティバルプラザ地下1階  
地下鉄淀屋橋駅から徒歩5分

日程：15日、29日 11:00～19:00



ミオソラマルシェ

場所：JR天王寺駅公園口

日程：7日、14日、28日  
12:00～19:00



ciao mami様店頭

場所：兵庫県西宮市上甲子園3-6-11

日程：17日、31日 10:00～13:00

## ジェイ農園について



### ジェイ農園の由来

2009年、もともと兵庫県姫路市の学習塾のメンバーであったメンバーが一念発起、「本物の食」をめざし、仲間の支援を受けながらスタートしました。

「固定種」「自然農法」へのこだわり、「突然大発生する虫や病気」との悪戦苦闘。そしてようやくたどり着いたのが「自然微生物農法」です。



### ジェイ農園がめざすこと

おびただしく酸性化した自然環境を微生物の力を借りて中性に戻し、本来の力強く生命力にあふれた圃場を再生したい。その土壌が育む生命エネルギーの充満した作物を「基本の食材」として広めたい。

子どもたちのアトピーや昔ではありえない病気を自然の力で克服していきたい。

## 最新情報

いいね！やフォロー！  
お待ちしております！



Instagram



@j\_nouen

#ジェイ農園



facebook



@jnouen

自然との共生をめざす

ジェイ農園

〒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/>