

ジェイ

丹波だより

APR. 2021 | ISSUE NO. 34



エンドウの花 (表/裏)

2021年4月号 CONTENTS

.....

- ▷ イチゴ並みに甘いエンドウ！？
- ▷ 食べられる花 『ビオラ』
- ▷ サニーレタスの植え付け
- ▷ 連載 《まひるの月より》
- ▷ 菜の花ポタージュ
- ▷ 4月のお知らせ

自然との共生をめざす

ジェイ農園

イチゴ並みに甘いエンドウ!?

桃が咲き始めた3月の下旬、厳しい寒さに耐えた露地のサヤエンドウが少しずつ生長してきました。まだまだ背丈も小さく、花もほんのわずかに咲いている程度ですが、あと1ヶ月もすると収穫を迎えます。一方、ビニールハウスのサヤエンドウは花もしっかり咲き始めて、一部実をならせていました。



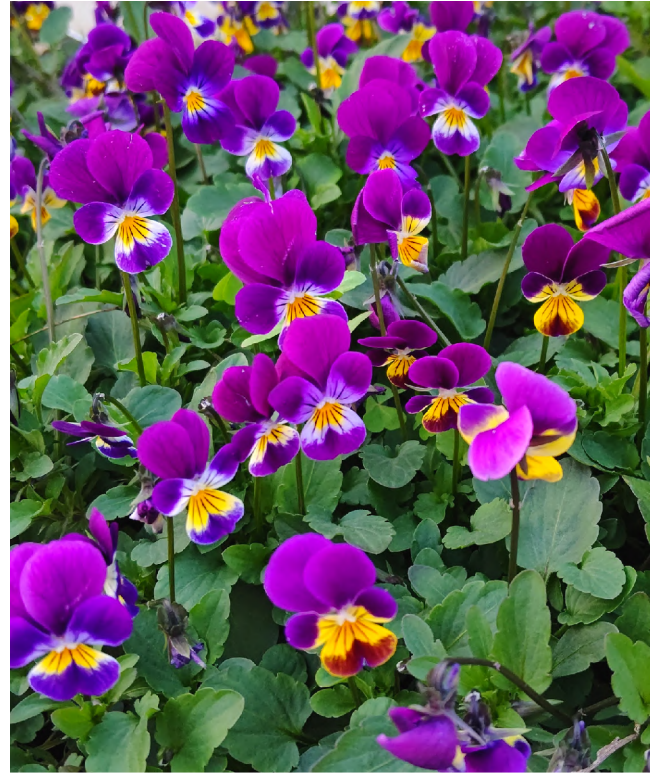
朝晩の気温はハウス内も外もほとんど変わりませんが、日が照り始めるとハウス内は一気に温かくなります。なので生長のスピードがハウス内と外では、1ヶ月ほど違ってきます。

早めになっていた実を収穫し、糖度を計ってみました。今回計測したのはスナップエンドウで、中の実だけを計ると“13.2”という値でした。なんとこれはイチゴ並みの糖度です！これから徐々に収穫が始まり、5月の半ばごろまで続きます。ジェイ農園の自信作『イチゴ並みに甘〜いエンドウ』！ぜひ楽しみにしててくださいね。



食べられる花『ビオラ』 / サニーレタスの植え付け

今年度からエディブルフラワー
(食用に育てられた花)の栽培を
始めました。その1つがこの『ビオ
ラ』です。なんとも可愛らしい花
を咲かせてくれています。サラダ
などに加えると、華やかにお皿を
彩ってくれるのでオススメです！



サニーレタスの植え付けを行
いました。春(3～5月)は毎年サニー
レタスを含めたリーフレタスを、
たくさん栽培しています。今年は
例年に比べると他の葉物野菜たち
も多めに栽培していますが、それ
でもやっぱり春の葉物野菜のエー
スと言えはリーフレタスですね。



春

ですね～、春が来ましたね～！去年はお花見を自粛された方も多いと思いますが、今年は色々と気を使いつつ、少しは桜を見れたら嬉しいですね。やっぱり日本の大切な風物詩のひとつですから。さて、今月は菜の花を使ったレシピをご紹介します。菜の花特有の香りとほろ苦さを味わうと、「春だなあ」としみじみします。基本的にいつもはお浸しや天ぷらにして楽しむのですが、今回巡り合ったのが『山東菜』の菜の花でした。菜の花と一口に言っても元の野菜が何なのかによって、意外と違うものなんですね。どうもこいつはお浸しや天ぷらじゃないぞ。。。ということで思いついたのがポタージュです。新玉ねぎやじゃがいもを加えて`春爛漫、をテーマにしました。切って煮込んで混ぜるだけ！皆さんもぜひ旬の食材による春の息吹を感じてください！！



『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。



春らんまん！

菜の花ポタージュ

Canola flower cream soup

材料 (3~4人分)

- ・玉ねぎ…… 1個(約150g)
- ・じゃがいも……1個(約150g)
- ・菜の花…… 1袋(約150g)
- ・オリーブオイル…… 大匙1
- ・水…… 250g
- ・豆乳…… 250g
- ・塩…… 小匙2
- ・胡椒…… 少々

作り方

- 1 玉ねぎとじゃがいもは小さく格子状に、菜の花は3cmほどに切ります。
- 2 鍋にオリーブオイルと水、玉ねぎとじゃがいもを入れて茹でます。
- 3 玉ねぎとじゃがいもに火が通ったら、菜の花と塩を入れます。
- 4 30秒ほど経ったらミキサーに入れ、滑らかになるまで攪拌します。
- 5 4を鍋に戻して豆乳を加え、弱火で温めます。
- 6 器に盛って胡椒を振り、オリーブ(分量外)を垂らして完成です。

POINT

工程4で、ハンドブレンダーがあると便利です。耐熱ミキサーでない場合、粗熱をとって下さい。仕上げにピンクペッパーを散らすと色鮮やかに！

ジェイ農園4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】

イベント出店



新型コロナウイルスの影響により出店
が中止になる場合がございます。最新
情報はSNS等をご確認ください。



淀屋橋ODONAマルシェ

場所：淀屋橋ODONAビル前
地下鉄淀屋橋駅直結

日程：7日、14日 11:00～16:00



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：4日、18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：7日、27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：1日、8日、15日、22日、29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：11日、25日 10:00～13:00



灘区桜ヶ丘町「ちいさなとしょかん」様前

場所：神戸市灘区桜ヶ丘町親和中学校西側

日程：10日 10:00～13:00

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

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。

農作物のオンライン販売

✓ お米のご注文はこちらから！



✓ 野菜セットのご注文はこちらから！



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
WEB <https://www.jnouen.com/>