



糸島通信
[いとしまつうしん]

no. **01**
2010 AUTUMN

特集 愛情とおいしさがギュッ!

糸島牛

食欲の秋に火をつけるのは、やっぱりお肉!
糸島が誇るブランド肉の魅力に迫ります。

よかもんセレクト「伊都菜彩」「Aコープ」

ウマイもの、ここにあり。

創刊記念
Special

| 糸島ピープル |

高橋 徹郎さん
が登場!



⑧印の旬レシピ 秋が香る牛肉の一品



鍋でできる 簡単ローストビーフ

- 【作り方】**
- ①牛ロースのかたまりに、塩コショウをもみこむ。
 - ②玉ねぎとニンニクを薄切りにし、油を熱したフライパンで炒める。
 - ③②を取り出し、ペーパーでふいたフライパンで牛肉の全部の表面を焼きつける。その後、醤油をまぶす。
 - ④アルミ箔を三重にし、②をまぶしつけた牛肉をしっかりと包む。これをジッパー付きのビニール袋に入れ、空気を抜いて閉める。
 - ⑤鍋にたっぷりの熱湯を沸騰させ、④を入れて火を止め、ふたをして1時間置く。
 - ⑥ソースは、アルミ箔に残った汁と玉ねぎ、リンゴ、ポン酢を混ぜてミキサーにかける。

【材料(3~4人分)】

- ・牛ロース…600~700g(厚さ5cm位のかたまり)
- ・玉ねぎ……………1個
- ・ニンニク……………1かけ
- ・サラダ油……………適量
- ・醤油……………大さじ1
- ・リンゴ……………1個
- ・ポン酢……………大さじ2~3

しっかり味がしみこんだ 肉巻きおにぎり



【作り方】

- ①牛赤身肉の薄切りを、醤油・酒・砂糖・ショウガ汁・一味唐辛子を混ぜた汁に漬け込む。
- ②ご飯4杯分に、青ジソ千切りと黒ゴマ、塩を混ぜて4個のおにぎりにする。
- ③②に①をしっかり巻きつける。
- ④200度のオーブンで12~13分焼く。途中で裏返して。

【材料(4個分)】

- ・牛赤身肉(薄切り)…200g(脂身の少ない肩やモモなど)
- ・醤油……………大さじ2
- ・酒……………大さじ1
- ・ショウガ汁……………小さじ1
- ・砂糖……………小さじ1
- ・一味唐辛子……………適量
- ・ご飯……………4杯分
- ・青ジソ……………適量
- ・黒ゴマ……………適量
- ・塩……………適量

⑧愛情とおいしさがギュッ!

糸島牛

食欲の秋に火をつけるのは、やっぱり家族みんなのご馳走、お肉です。
糸島生まれの牛肉は安心、安全。それにももちろん、おいしい!
秘密は生産者のこだわりにあります。
そんな糸島牛の魅力に迫ってきました。

プロに聞く! 糸島牛はココが旨い!

- 脂のノリがほどよくジューシー
- 食べ進むごとに美味しさ倍増
- とろける甘み、でもしつこくない

「肉に自信がある証拠です。生産者の方も、店に食べに来ています。」

創業62年、中洲の老舗「ちんや」は、有名なすき焼きのお店ですが、ステーキやハンバーグにも、九州産の牛肉を厳選して使用。もちろん糸島牛も仕入れています。創業当時から肉屋も営むこの店だからこそ、肉選びには厳しいのです。「糸島牛は、しっかりとサシが入っているのに、決してしつこくなく、食べ飽きない上品なおいしさです」と女将さん。この味を求め、長年通い続けるファンも多いとか。食に厳しい中洲の街で、食通たちの舌を唸らせているのです。



中央が肉屋のスタッフ、両端がレストランスタッフです。素材のプロ、料理のプロが、それぞれの視点で肉を吟味しています。

「ちんや」といえば、すき焼き・しゃぶしゃぶが有名ですが、常連客にはステーキやビーフシチュー、ヒレカツも人気です。これらも、もちろん糸島牛を使っています。

●ちんや
福岡市博多区中洲3-7-4
TEL/092-291-5560



糸島牛の達人

県の共励会や共進会で 優れた賞を何度も獲得。

糸島半島は昔から牧畜が盛んな土地。今も糸島市内の6つの牧場で、約1500頭近くが肥育されています。「肥育和牛部会」の宮本剛さんにお話を伺いました。「消費者の方の今のニーズは、ロースだけでなくモモにも霜降りが入った牛肉。そのため、エサのやり方や運動のさせ方なども工夫しています」



糸島牛も、糸島のお米の稲わらを食べて育っているんです!



牛舎を見せると、牛が寝る敷きオガクズもこまめに取り替えられ、とても清潔。「牛はデリケートですから」という宮本さんの言葉も納得です。

こうした環境で育つ糸島牛。6戸の大きな特徴は、牛の糞などの排泄物を半年以上しっかり熟成させて上質の「堆肥」にし、それが農家に回って牛エサ用の米の田んぼに撒かれること。つまり、エサから牛へ、そしてまた田んぼへと理想的な「循環型」になっているのです。こうした宮本さんたちの努力が実って、糸島牛は毎年県の共励会や共進会で優れた賞を何度も獲得しています。

「糸島通信」創刊記念 読者プレゼント

糸島牛ステーキセット(3枚入)5名様

【応募方法】
お名前・年齢・住所・お電話番号・「糸島通信 秋号」のご感想をお書きの上、官製はがきまたはFAX・E-mailにてご応募ください。

【宛先】JA糸島総合企画課
ハガキ:〒819-1119 福岡県糸島市前原東2-7-1
FAX: 092-323-6137
E-mail: present@ja-itoshima.or.jp
※お寄せいただいた個人情報は、当プレゼントご当選の方へのご連絡のみに使用し、厳重に管理保管の上、使用後は速やかに破壊いたします。
※当選者の方にはJA糸島よりご連絡致します。

【締切】ハガキ:10月29日(金)消印有効
FAX・E-mail:10月29日(金)17:00必着

糸島のお肉は 牛だけじゃない!

ジューシーでもっちりもちの糸島ブランド豚「玄海ポーク」

糸島には数種類のブランド豚肉があります。そのなかの一つ「玄海ポーク」は、2008年に「安全・安心・美味」をモットーに、糸島の養豚家5人で発足。飼育方法や品種を統一し、豚に与える水はイオン活性水、餌は麦類入り飼料で飼育。健康に留意して、自然

の中でのびのび育てられました。また畜舎にも堆肥舎と浄化水の施設などを整備するなど、育てるうえでは環境にも配慮。人と自然に優しい豚なのです。最近では、玄海ポークを使ったメニューを売り出しているレストランも増え、ブランドとして定着しつつあります。



糸島牛・糸島豚は、「伊都菜彩」・「Aコープ」でお取り扱いしております。

ソース 野菜本来の甘みと旨味が生きたソース。

前原産の旬の生野菜(トマト、タマネギ、キャベツ)を使用。長時間かけて加熱、水分を飛ばす「セミドライベジタブル」仕込みで、野菜本来の甘さと旨味がしっかりと引き出されています。



ナチュラルスイート
ウスターソース (230g)
¥498/Aコープ
前原駅南・志摩

味噌 無添加手作りみそ。体にやさしい味です。



ごりよんさんみそ
(800g)¥525
/Aコープ前原
駅南・志摩、
伊都菜彩

JA糸島女性部が作った「ごりよんさんみそ」は、福岡県産の麦と糸島産の大豆を使用した無添加手作りみそ。塩分控えめ(10%)で熟成され、さわやかな甘みと、麦の香りが食欲をそそります。

Aコープ

「Aコープ」には、農家や組合員の方がその日に収穫した新鮮な野菜、果物などのほか、糸島牛・豚、鮮魚などがずらりと並びます。



Aコープ前原駅南
糸島市前原駅南2-2-1
TEL:092-322-2861
営業時間:9:30~21:00
定休日:年始のみ

Aコープ志摩
糸島市志摩初192-1
TEL:092-327-0049
営業時間
9:30~21:00(4~9月)
9:30~20:00(10~3月) 定休日:年始のみ



こっそり教えます!
糸島ひとくちコラム

糸島でプチ船旅〜。糸島市志摩の岐志漁港から市営渡船「ひめしま」に乗って16分。玄界灘にぼっかり浮かぶ離島、姫島へ。の〜んびりとした漁村ですが、明治維新を陰で支えた尼僧、「野村望東尼」が捕えられていた牢獄など、歴史の足跡も見所です。

*表示価格はすべて税込価格です(平成22年9月1日現在)。*印刷の都合上、実際と色が異なる場合がございます。あらかじめご了承ください。

ソフト 子どもも大人もトリコ。“あまおう”のソフト。

糸島のブランド牛乳「伊都物語」で知られる『糸島みるくぶらんと』の生乳と、糸島で採れた“あまおう”がたっぷり使われたソフトクリーム。ひと口食べると生乳とイチゴの香りが広がり、後味はスッキリ。



ミルクいちご
(1本)¥300
/伊都菜彩

カツ 口の中でジュワ〜! 糸島牛メンチカツ。

『伊都菜彩』の惣菜コーナーで人気No.1の名物「メンチカツ」。揚げたてが並ぶのは1日に5回。店頭に出された瞬間、飛びように売れるという人気商品です。糸島牛のコロッケ(1個¥150)もおすすめ。



糸島牛メンチカツ
(1パック2個入) ¥300 / 伊都菜彩

大豆 ビールのおともに、子どものおやつにも◎。

糸島産契約栽培大豆「青大豆キヨミドリ」を使った「おつまみ大豆」。蒸し製法のため、ちょっと硬めに仕上がっているのがポイントです。歯ごたえがよく、ほんのり甘みのある豆の風味もしっかり味わえます。

おつまみ大豆
(100g) ¥238
/Aコープ
前原駅南
・志摩



産直市場 **伊都菜彩**



伊都菜彩
糸島市波多江567 TEL:092-324-3131
営業時間:9:00~18:00 定休日:年始のみ

JA糸島直営の直売所です。約1,270㎡の広々とした店内には、糸島産の採れたて、新鮮な農畜産物や海産物、加工食品やお惣菜などが所狭しと並び、週末は多くの人で賑わいます。

うどん 芳醇な小麦の香りとコシの強さが自慢。



牛肉うどん
(1杯) ¥650
/伊都菜彩

『伊都菜彩』内の「まるいとうどん」で食べられるのは、糸島産の小麦「ミナミカオリ」と「チクゴイズミ」を100%使い、野菜などの具材も直売所から仕入れた地産地消のうどんです。冷凍うどん(5食入¥450)も発売中。

菓子 カリッ&しっとり! りんごの焼き菓子。

クイニアマン
(1個) ¥130
/Aコープ
前原駅南



リンゴのプレザーブをデニッシュ生地で包み焼き上げた、バターのお菓子です。カリッと甘いキャラメルとしっとりとした生地が人気で、『Aコープ前原駅南店』のパンコーナーおすすめNO.1の商品です。

季節を感じ、人と触れ合える糸島。本当に来てよかった。

子育てがきっかけだけど、自分自身も変わりました。

記念すべき第1回目に登場するのは、テレビやラジオでお馴染み、“スター高橋”こと高橋徹郎さん。糸島在住で、「糸島110キロウォーク」など、糸島の魅力を活かした様々なイベントを自ら企画、実行されています。今回はラジオ番組の、リスナー参加型イベント「ブギウギ農園」にお邪魔して、お話を伺ってきました。

「糸島には6年前に越してきました。子どもたちの健康を考えて、空気がきれいな場所で育てたいと思ったのがきっかけです。家の周りは水田で、すぐ近くには雷山が見えます。子育てはもちろん、僕にとっても良かった。季節の移り変わりが感じられて、隣近所、人と人のふれあいもありますし。土や虫に、目を輝かせながら触れる子どもの姿を日常的に見ることで、親である自分も変わっていくんだと実感しました」。



- 参加者の子ども達と収穫しながら採れたてをバクリ!みんな「おいしいね!」と大喜びです。
- 親子連れや主婦、ご夫婦など、毎回40名近くの参加者が集まります。
- この日はトマト、ナス、オクラ、キュウリ、スイカなどなどコンテナ10箱の大豊作でした。
- 毎回、野菜の栽培や除草、害虫駆除などを丁寧に教えてくれる“Dr.コトー”ことJA糸島「アグリ」の古藤店長。毎回、午後は「アグリ」にて講習会が行われます。

自然と農業の楽しさを伝える「ブギウギ農園」。

自宅の庭で家庭菜園などもされていた高橋さんですが、こうした考えをもっと多くの人に伝えたいと、4年ほど前から、ご自身の番組「ブギウギラジオ」での農業体験イベントをスタートされました。はじめは棚田での有機米作りを2年間、そして1年半前から野菜作りにステップアップ。それが現在、月に1回行われている「ブギウギ農園」です。「自分が播いた種が次は花を咲かせ、その次は実をつけている。成長を楽しみにされて、毎月参加されるリスナーも多いですよ。

それに『アグリ』の古藤店長が教えてくれる、野菜の育て方や肥料のことなど、僕自身も勉強になるんです」。2010年、高橋さんは“糸島ふるさと大使”に任命されました。「これからはもっともっと、糸島の魅力を発信していきたいですね」。

- 「ブギウギ農園」公式サイト
http://www.kbc.co.jp/radio/boogie-woogie/bw_nouen/
- JA糸島「アグリ」
福岡県糸島市志摩小富士14-34
TEL/092-327-2740



スター高橋(高橋徹郎)さん
タレント。KBCラジオ「スター高橋のブギウギラジオ」やテレビなどに多数出演。ドラマの脚本も手掛けるなど、多岐に渡り活躍中です。家族とともに糸島市に在住。2010年、“糸島ふるさと大使”に任命。

こっそり教えます!
糸島ひとくちコラム

縁結びの町といえば糸島市二丈。202号沿い、陸続きの箱島には愛の神様「愛染明王」などが祀られる箱島神社があります。また、恋の神様「菊理姫命」を祀る福井白山神社も。姉子の浜は、カップルで夕焼けの砂浜を歩くと結ばれるという噂です!

いとしまの魅力“彩”発見

「旬感」フォトコンテスト

わたしたちが住む「いとしま」は山や海の自然に恵まれ、大地が育む食べ物や美しい花々がたくさんあります。そんな何気ない、田畑の作物や海産物の「旬」を、レンズを通して改めて感じていただくため「いとしま産」を題材にした写真コンテストを開催します。



締切迫る!

平成22年9月30日(木)

※当日消印有効

表彰

最優秀賞	賞状及び賞品(農産物等) 10,000円相当	1名
優秀賞	賞状及び賞品(農産物等) 5,000円相当	2名
美味しいで賞	賞状及び賞品(農産物等) 5,000円相当	5名
キッズ賞(小・中学生)	賞状及び賞品(農産物等) 3,000円相当	5名

- 審査:主催者が委任した審査員(平成22年10月中旬)
- 発表:広報「ITOSHIMA」紙上・入賞者へ個人通知(11月上旬)
- JA糸島地産地消フェスティバルにおいて表彰と受賞者のコメントを掲載いたします。
※12月4日(土)開催予定

応募規定

- 応募資格:プロ・アマ問わず(小学生以上)
- 規格:カラープリントキャビネサイズ(2Lサイズ) デジタルカメラも可
※データでのお申し込みは受け付けません
- 応募数:一人2点まで ※作品は平成21年10月より平成22年9月末迄に撮影したものを
- 応募先:〒819-1193 糸島市前原東2-7-1 JA糸島生活課フォトコンテスト係
- 主催:JA糸島地産地消フェスティバル実行委員会

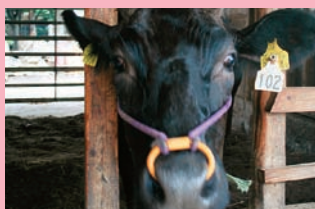
お問合せ・お申込は TEL.092-322-5914

応募条件

- 1.自作未発表のものに限り、※模倣・二重応募と判断された作品は入賞決定後でも取り消しとなります。
- 2.作品はすべて現像したプリントで応募してください。※応募作品は返却しません
- 3.応募作品の著作権は主催者に帰属し、主催者や関連団体等の広報活動の目的に使用させていただきます。また、その際撮影者の名前を掲出させていただくことがあります。
- 4.入賞者の方には、受賞作品のネガ・ポジフィルム・デジタルデータを提出していただきます。
- 5.応募作品及び提出されたネガ・ポジフィルム・デジタルデータは返却いたしません。

編集後記

いつもたくさん生産者や組合員の方々にお会いしますが、意外に糸島のことについて改めてお話しすることは、あまりありません。しかし、今年の出来や次の作付けのことなど、何気なく交わす言葉の中には、生産者の方一人ひとりの思い入れがしっかりと感じられます。それはつまり、糸島産であることの誇り、なのだと思います。これからこの「糸島通信」では、そんな糸島への思いを、たくさんお届けしていきたいと思っています。(編集部)



JA糸島組合員になりませんか?

JA糸島ではこんなサービスを提供しています。【その1】

新登場



いつも節約給油、家計を応援

セルフSS限定VIPカード

●JA糸島組合員様限定 ●現金会員カード

VIP会員にご加入でガソリン・軽油が **5円引/ℓ** (店頭価格より)

会員向け給油量割引、キャンペーン割引特典と併せると **10円引/ℓ** (今なら最大)

※本カードはJA糸島本店SS・アグリSSでご利用いただけます。
※VIPカードにクレジット機能は付帯していません。
※ご入会はJA糸島組合員様に限らせていただきます。

※VIPカードは入会金、年会費は無料となっております。
※発行時よりご利用いただけます。

お問合せ
お申込は

JA糸島本店 SS

糸島市前原東2-7-10
TEL.092-322-2760

JA糸島アグリSS

糸島市志摩小富士14-35
TEL.092-327-0444