

糸



特集 みずみずしい初夏の味覚

アスパラガス

春先から出回る色鮮やかなアスパラガスは、
さまざまなメニューで食卓を楽しく彩ります。

糸島ピープル
画家 松崎宏史さん

「伊都菜彩」の
夏のいちおし商品

糸 みずみずしい初夏の味覚

アスパラガス

春先から秋頃まで出回る色鮮やかなアスパラガスは、食卓メニューに新味をプラスする、人気の野菜。ほどよい食感と自然の甘みが、サラダはもちろん、中華風マリネやリゾット、煮込み料理など、さまざまな料理に大活躍してくれます。また、ビタミンが豊富で、生活習慣病の予防や、疲労回復にも一役買う、カラダにもうれしい食材です。



プロに聞く！ 力強いアスパラガスに触発されて。

緑豊かなドライブコースとして人気の糸島に、この春また新たなグルメスポットがお目見えしました。「泊北口」バス停そばのフレンチレストラン「太陽の皿」です。シェフの松井英彦さんは、もともと直方市で21年レストランを営んでいたベテラン料理人。お店には、親子三代で通うファンもいるほどの腕前でした。その松井さんが、縁あってここ糸島に招かれたのです。「野菜が豊富とは聞いていたけど、来てみたら想像以上でしたよ」と、口ぶりも興奮気味。「オープン前から近辺の農家さんを回って畑や作物を見ましたが、どれもこれも“あの料理に使いたい”“こんな風に調理したい”と目移りしそでした」。採りたて・掘りたてという鮮度のよさだけでなく、生産者の意識も高いし、海が近くて土にミネラルが豊富なのが「味が濃い、生命力

が豊か」と感じたそうです。メニューには、通常のコース以外に「糸島野菜の大皿」というセットも。月替わりで毎回8種類の野菜料理が並びます。「玉ねぎのカナッペ」「焼きナスのゼリー寄せ」など、どれもセンスと腕が光るものばかり。お客様にも一番人気だそうです。今からの季節、松井シェフが力を入れるのは、やはり旬のアスパラガス。「太くてやわらかいし、加熱しても風味が逃げないくらい濃い。ソテー、網焼き、燻製、フライ、グラタン、スープ…うん、デザートもできるかな」。今回はその中から、コンソメジュレの中にひそめた冷製スープと、軽く燻製にかけて豚肉と合わせた一皿を作ってもらいました。どちらも口中に香りが広がり、充足感が後を引く出来ばえ。夏のお客様にもきっと喜ばれることでしょう。



▲糸島エリアの野菜の魅力に「腕が鳴ります」とチャレンジ心満々の松井シェフ。豊富なアイデアが楽しみです。



一見、民家風の外観ですが…(右)。内部はモダンでシック。夏はテラスもステキ(上)。7・8月のメニューに登場予定の冷製スープに、燻製と豚の一皿(左)。

太陽の皿 糸島市泊837 TEL.092-332-8557 営業時間:11:30~17:00 17:30~21:30(15:00~17:00はティータイム) 定休日:水曜日



「糸島通信」読者プレゼント 旬の野菜詰め合わせ おまかせセット(2,000円相当)5名様

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

【締切】ハガキ:8月10日(金)消印有効 FAX・E-mail:8月10日(金)17:00必着

【宛先】JA糸島 総合企画課 ハガキ:〒819-1193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棄いたします。 ※当選者の方にはJA糸島よりご連絡いたします。

糸島産の採れたて新鮮野菜をおいしさそのまま、お届けします！毎日、農家からお店へ出荷される季節の採れたて野菜をセットでプレゼント。丹誠込めて作られた10~15種類の旬の味覚をお楽しみください。 ※時期により、商品の内容が変わりますのでご了承ください。 ※写真はイメージです。



糸印の旬レシピ

風味豊かな、アスパラレシピ



アルデンテの食感を大切にやさしい風味と彩りがうれしい「アスパラとホタテのリゾット」

- 【作り方】
- ①グリーンアスパラの根元を少し落として、小口切りにする。
 - ②ホタテは縦に4~5つに切る。
 - ③玉ねぎはみじん切りに。
 - ④オリーブ油を熱して玉ねぎを透き通るまで炒め、アスパラとホタテも炒めて軽く塩コショウする。
 - ⑤米を洗わずに加え、透き通るまで炒める。
 - ⑥コンソメに白ワインを混ぜてお玉一杯分を入れ、かき混ぜながら水分を飛ばすように炒める。またお玉一杯分を加えて炒め、これを繰り返す。
 - ⑦最後の2~3杯分を入れたらフタをして、食感を残しながら蒸らすように仕上げる。
 - ⑧粉チーズとみじん切りトマトを添えて。

- 【材料(2人分)】
- グリーンアスパラ…1束 ●ホタテ…4個 ●米…3/4カップ
 - 玉ねぎ…1/2個 ●コンソメ…600cc ●白ワイン…大さじ2
 - オリーブ油…大さじ1.5 ●塩コショウ…少々

香味と酸味が利いた一品ビールや焼酎の肴にもオススメ

「アスパラの中華マリネ」

- 【材料(2人分)】
- グリーンアスパラ…1束 ●大根…8cmくらい
 - 揚げ油…適量
 - A(すし酢…大さじ3、醤油…大さじ1.5、オスターソース…大さじ1.5、一味唐辛子…少々、ショウガ千切り、ミョウガ千切り)



- 【作り方】
- ①アスパラの根元を少し落として4~5cmの長さに切る。
 - ②大根も皮をむいて同じ長さの棒状に。
 - ③Aを合わせておく。
 - ④油を熱して①②を2~3分素揚げし、熱いうちに③に漬け込む。1~2時間おいたら食べごろに。

作り方のPOINTはJA糸島ホームページで!
<http://www.ja-itoshima.or.jp>

「グリーンアスパラ」の達人

毎日驚きの成長ぶり、甘さとやわらかさが決め手。

糸島エリアをドライブしていて、ビニールハウスの中に“こんもり”した細い葉っぱが茂っていたら、それはきっとグリーンアスパラのハウスです。藤原哲夫さん(62)もそんなハウスの主人。約30人ほどのアスパラ農家を束ねる会長です。

「ずっとサラリーマンでしたが、50代からの農業転向です。アスパラ農家にはこんな経歴が多いんですよ。何をしようかと考えたとき、アスパラを勧められました。収穫期間が長く、イチゴのように毎年植え替えるの必要がなくて、一度植えれば20年近く株を保たせられるのがいいですね」。今では奥さんと2人で、ハウス7棟(約20アール)を栽培しています。

アスパラガスって、どうやって育つか、どう収穫するか、案外知らない方も多いのでは?今回、藤原さんが摘み方を見せてくれました。

親木の回りにススッと伸びたアスパラに、27cmの棒を当てて長さを確かめながら、それ以上のものを切り取っていきます。

「アスパラは成長が早くてね。朝はまだ短くても、1日で15cmくらい伸びたりしますよ」。中でも7~8月は、一年中で一番伸びが早い季節。「1日休むとその後が大変だから、この季節は全然休めませんね」。

そんな藤原さんの疲れを癒してくれるのは、やっぱり自分で育て、収穫したアスパラガス。体力回復や滋養強壮の効果があるアスパラギン酸を多く含むため、健康素材としても注目されます。

油粕など有機肥料で耕す藤原さんの畑は土もホクホクで、甘みがあってやわらかい飛び切りのアスパラガスが、のびのび育っています。



▶親木の根元からズンズンと成長するアスパラ収穫に、毎日追われます。カットの目安は27cm。モノサシ棒に合わせて切り取ります。



◀藤原さんのアスパラハウス。日ごろは奥さんと2人ですが、収穫期にはパートさんを入れて大忙し。まるで“林”のようなアスパラ畑には灌漑用のチューブが。

FOOD
惣菜

伊都菜彩が開発した新商品、糸島産黒毛和牛100%の肉みそが新発売!

糸島の畜産農家が愛情込めて育てた『糸島牛』と、JA糸島女性部のお母さんたちが丹精込めて作った『ごりょんさんみそ』が出会った、素敵なお飯のおとも『**糸**肉みそ』。ピリッとしたゆずこしょうの風味が、味を引き締めます。

ご飯にはもちろん、糸島の生野菜につけて食べるもよし、また野菜炒めの味付けにも。『**糸**』(まるいと)ラーメンや『**糸**』(まるいと)うどんにのせて、肉みそ麺もおすすめですよ!



糸肉みそ
1本(130g入り)¥500

DRINK
ジュース

みかんどころ糸島が、糸島産100%のジュースを販売!

糸島産の清見オレンジ、甘夏柑をそのままギュッとしぼって、フレッシュなジュースにしました。果汁100%の「清見オレンジ」はすっきりとした味わいで、あとくちがさわやか。果糖タイプ果汁80%の「あまなつ柑」ジュースは、濃厚な甘夏柑の香りと深い味わいが特徴です。炭酸で割ってさっぱりと、また焼酎割りにもご利用いただけます。さわやか&濃厚なジュース。お土産や贈り物としても最適です。



清見オレンジ
1本(600ml)¥680
あまなつ柑
1本(600ml)¥580

※あまなつ柑ジュースはお好みによって、2倍程度に薄めてお召し上がりください。



産直市場
糸伊都菜彩

福岡県糸島市波多江567 TEL/092-324-3131 営業時間/9:00~18:00
定休日/年始のみ※12月31日は17:00まで

※表示価格はすべて税込価格です。 ※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。

『食べてんしゃい広場』

週末は、家族みんなで、いらっしゃ〜い!! 糸島のうまいもん、自慢の一品が目白押し。出展者が販売する、産直市場ならではの人気イベントです。

伊都菜彩イベント広場で開催される、人気催事『食べてんしゃい広場』。

最大のポイントは、糸島の食材にこだわった加工品出荷者が、直接、お客様に自慢の商品を販売すること! 作り手の顔を見たいというお客様の声から始まったこのイベントには、漬け物や菓子、惣菜やドレッシングなどなど、自慢の一品が大集合。食材や作り方のこだわり、おいしい食べ方などが聞けて、生産者とお客様の距離がグッと近くなる、産直市場ならではのイベントです。



今後の開催予定は、10月13日(土)・14日(日)、11月3日(祝・土)・4日(日)です。

糸島の田園で、農業とアートの豊かなセッションを。

ドイツとフランスで学んだ「暮らしに根ざしたアート」の形

山も畑も日ごと緑が濃くなっていった5月。糸島のあちこちで「糸島芸農」という旗を見かけた方も多いと思います。国内外からアーティストが集って、田んぼの中に巨大なオブジェが出現したり、現代アートが飾られたり、音楽パフォーマンスや討論会など、約1ヶ月にわたってさまざまな催しが開かれました。今後も9月に収穫祭を開催する予定です。

その仕掛け人こそ、今回ご紹介する松崎宏史さん。二丈町松末で育った松崎さんのお宅は、庭に蔵が2つもある代々の農家でしたが、両親は2人とも教員。松崎さんは高校時代に絵に興味を持ち、広島市立大学の油絵科に進みました。

そして卒業後に渡ったハノーファー(ドイツ)とパリで、ユニークなアート活動と出会ったのです。若いアーティストたちが集っては、思い思いの作品を創作発表したりワークショップを行ないながら、観客と一緒に新たな空気や方向を探っていくという「アーティスト・イン・レジデンス」。形式や慣習にとらわれない自由さと、生活に根ざしたアートのあ

り方に、松崎さんは「これを故郷でも展開したい」と強く感じました。

子どもも大人もいきいきと田園のアートを満喫する

帰国後、実家の蔵を活用して子どもや大人の絵画教室を開いたり、幼稚園の指導などをするかたわら、海外からアーティストを招いて創作や発表をサポートしたりと、活動の幅は次々に広がりました。国際交流基金や文化庁などの支援も受けられるようになっていきます。「例えば子どもに絵を教えるにしても、まずは実体験して欲しい。鶏を絵の題材にするなら、うちの庭に飼っている鶏を抱いたりエサをやったりしてから、絵を描かせると、発想や表現が全然違うんですよ」。子どもたちの作品発表会でも、油絵、水彩、粘土、コラージュ、ろうけつ染め、ビデオアートなど、学校の授業では学べない多種多彩なアートが並びます。子どもたちがいきいきと創作する姿が目に見えよう。「人間って本来、“何か作りたい”という本能を、みんな持っているんだと思いますよ」。

そんな松崎さんや仲間たちが、今年から手掛けた「糸島芸農」イベント。“大



●画家。「Studio KURA」主宰
松崎 宏史さん

糸島市出身。広島市立大学芸術学部油絵科卒業。ドイツのハノーファー専科大学に留学。ベルリンの共同アトリエで学び、その後パリなどで「アーティスト・イン・レジデンス」の活動に参加。3~4年前から実家の蔵を活用して、大人や子ども向けの絵画教室を開き、幼稚園などでもアートの指導を続けている。海外からアーティストを招いて、地元の人々と創作や発表の支援も行なう。

地に根ざした芸術祭」と話題を呼んで、多くの人を集めました。

農とアートを結びつける活動の中からは、糸島産の米を包装するパッケージデザインなども生まれています。「人の体の栄養になる」農業と、「心の栄養になる」アートと。考えてみればこの2つには、もともと大きな共通点があったんですね。



1 松崎さんの指導で、絵画教室の生徒さんもみるみる上達。 2 3 とくに子どもたちの作品は、自由な発想がのびのびと引き出されます。 4 実家の1階では、アートとコラボした糸島産品も販売。 5 5月の屋外イベントで展示された松崎さんの作品。何と堆肥で描いたのか! 6 松崎さんの実家は、祖父の代からの堂々たる農家の一軒家。

糸島お取り寄せギフト

産直市場  伊都菜彩

親しい方への贈り物に、ご家庭の食卓に。
愛情こめて育てた糸島の自然の恵みを、
自信を持ってお届けします。

<p>1 サーロイン ステーキセット</p>  <p>糸島産黒毛和牛サーロインステーキ 200g×5枚</p> <p>予約注文販売 10,000円(税込)</p>	<p>2 しゃぶしゃぶ牛・ 豚肩ロースセット</p>  <p>糸島産黒毛和牛 肩ローススライス 600g 糸島玄海ポーク 肩ロースしゃぶしゃぶ 400g</p> <p>予約注文販売 5,000円(税込)</p>	<p>3  らーめん</p>  <p>紙箱入 10食入(2食入×5袋)</p> <p>2,200円(税込)</p>	<p>4  そうめん</p>  <p>紙箱入 50g×6束×10袋入</p> <p>2,500円(税込)</p>
<p>5 繁樹セット</p>  <p>大吟醸 720ml×1 特別純米酒 720ml×1</p> <p>3,400円(税込)</p>	<p>6 可也セット</p>  <p>純米大吟醸 720ml×1 特別純米酒 720ml×1</p> <p>3,400円(税込)</p>	<p>7 ヨーグルト 伊都物語 菜彩セット</p>  <p>のむヨーグルト 900ml×2 のむヨーグルト 100ml×5 たべるヨーグルト(プレーン) 450g×1 ミルクジャム 200g×1 ナチュラルチーズ 100g×1</p> <p>4,500円(税込)</p>	<p>8 のむヨーグルト 伊都物語150ml 14本セット</p>  <p>のむヨーグルト 150ml×14</p> <p>3,000円(税込)</p>

■お問合せ／JA糸島産直市場 伊都菜彩 お取り寄せギフト係

TEL.092-324-3131 FAX.092-324-3866

編集後記

今回のテーマ食材はアスパラガス。糸島エリアでは、他所より出荷時期が長く、人気の野菜です。涼しげで繊細な葉が茂るハウスに入り、収穫作業を見せていただいてびっくり?! 私たちが食べているのは、新芽の部分なんです! そして、今年4月に

オープンしたばかりの噂のフレンチレストラン「太陽の皿」で、地元のアスパラガスを使ったメニューをいただきました。ひんやり喉ごしのいいポタージュと、スモークしたお肉の香りがしみ込んだトッピング! 初夏のとびきり美味しいひとときでした。(編集部)

