

糸島通信

[いとしまつうしん]

NO. 14

2014 WINTER

糸

Photo/Seiji Watanabe

特集 栄養価の高い緑黄色野菜

菜の花
レシビ村

菜の花



糸島ピープル

白糸酒造

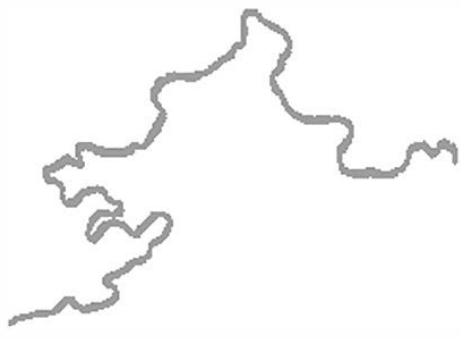
田中信彦さん

伊都菜彩

冬のいちおし商品

【未】栄養価の高い緑黄色野菜

菜の花



一般的に菜の花というと、春に咲く黄色い花のことを思い浮かべますが、
実はアブラナ科の野菜につく花の総称。1種類だけを限定する名称ではないそうです。
ちなみに、キャベツやブロッコリーも同じ科なんですよ。
やわらかい茎や葉、つぼみの部分にビタミンや食物繊維、
鉄分などを多く含んでいて季節感も
楽しめる野菜です。



プロに聞く!

惚れ込んだ糸島の食材を使って オリジナリティを追求しています。

平原歴史公園のすぐ目の前、コスモス畑に囲まれた洋風の素敵な建物が目を引くフレンチレストラン「Pinox(ピノックス)」を訪れました。

オーナーシェフの水野健児さんは、洋食のシェフだった父親をはじめ、料理人の家庭に生まれ育ち、15歳からホテルやレストランなどでフレンチを修業。2004年、当時まだ珍しかった出張料理専門の「キャトル」を立ち上げました。開業中だった叔母のために始めた出張の仕事は人気を集めました。3年が経ち、「もっと集中して料理がしたい」という理由から、食材の宝庫・糸島で自分のレストランをオープン。

「マニアな気質なので、フレンチの奥深さに惹かれたんです」と話す水野さん。珍しい西洋野菜やハーブなどを育てる生産



者との出会いもあり、糸島の食材を使った、ここでしかできない料理を常に追求。それゆえ、定番レシピはなく、その時の旬の食材を使った料理で勝負するのがそうです。

今日、菜の花をテーマにしたメニューをお願いしたところ、「色と香りを活かしたい」と、生地に食材を練り込んだ自家製「菜の花のラビオリ」と、みずみずしいつぼみ部分を刻んでのせた「糸島牛のタルタル」を提案してくれました。最後にバルサミコ酢ソースなどを添えて、シェフの自由な感性でお皿のキャンパスに繊細な作品が完成。菜の花の香りとほろ苦さが、ひと足はやい春の訪れを感じさせてくれました。



▲その日に最高と思う食材を使い、ひと手間を惜しまないのが、水野さんのモットー。「食材や調味料など、ほとんど糸島で調達しますね。やっぱり食材は豊富ですから」と教えてくれました。



▲テラス席もあり、外国に来たような気分。料理教室なども行っているそうです。



▲レアで仕上げたクセのない糸島牛と、白ワインで洗ったつぼみがマッチ。さっぱりした味わいの「菜の花と糸島牛のタルタル」。



▲「菜の花のラビオリ」は、糸島産を使ったサラミと一緒に。

Pinox(ピノックス)

予約＆お問合せ TEL:092-332-1006
営業時間:ランチ/11:00~14:00 DS、ディナー/18:00~
(※ディナーは現金予約制。予約受付は前日の夕方まで)
福岡県糸島市青根691 <http://www.pinoxpinox.com>

【未】印の旬レシピ

ほのかな苦味を活かした、ご家庭レシピ



素材の味を活かしたシンプルな味つけ。少し歯ごたえを残すくらいにサッと茹でて。

菜の花のナムル

【材料(4人分)】
●菜の花…1わ ●しょうゆ…大さじ1 ●ごま油…小さじ1
●すりごま…大さじ1 ●糸島辛子…適量

【作り方】
①菜の花は、根1cmを切り落とし食べやすい長さに切る。
②鍋にたっぷりの熱湯を沸かす。菜の花の茎部分を入れ、時間差で花芽の方も入れてサッと茹で、ザルにあげて水を切り、冷ます。
③あらかじめ取れたらワウルに蒸し、しょうゆ・ごま油・すりごまを加えて、ふんわり混ぜる。
④器に盛りつけ、糸島辛子を少量のせて出来上がり。

体があたたまって、心もほっこり。豚肉との相性もバツグンなんです。

豚しゃぶと菜の花のサツと煮

【材料(4人分)】
●豚しゃぶ用薄切り肉…300g ●菜の花…1わ
●だし汁…2カップ ●薄口しょうゆ…大さじ1
●酒…大さじ1 ●塩…少々 ●大根おろし…適量
●柚子ごししょうゆ…少々 ●柚子の皮…少々

【作り方】
①菜の花は、3cm程度の長さに切りそろえる。
②鍋にだし汁と調味料を合わせて、火にかける。豚肉と菜の花を加え、煮えたら火を止める。
③汁ごと器に盛りつけ、柚子ごししょうゆを加えた大根おろしをたっぷりのせる。
④彩りと香りづけに、柚子の皮のせん切りを散らして完成。



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

「菜の花」の達人

母と息子の絆を結んで、 菜の花がすこやかに育ちます。

西に可也山を望む泊地区は、一面にのどかな田園風景がひろがるエリアです。相田成志さんの菜の花畑は、寒風が吹く中でもひときわ盛況か。それもそのはず、この作物の出荷は冬がやってくる11月上旬から始まるのだそうです。

相田さんは出荷時期を考え、約20アールの畑を順番に収穫できるよう、植え付けの時期をずらしながら農作業。品種も、「春華」「花飾り」「サカタNo.88」を交えて栽培しています。できるだけ農薬は使いたくないと減農薬にこだわり、栽培期間は雑草との格闘が続きます。

作業場にうかがうと、収穫後の菜の花をバック詰めする作業が行われていました。一箇にこの仕事に精を出しているのは、なんと92歳になる母のトメさん。この農作物は、ご両親の世代から継いできたのだとか。

春を呼ぶ食材として市場に並ぶためには、バック詰め作業も大切です。摘み取りの後は、まず色合いがそろるように選り、丁寧な手作業で一つひとつ、つぼみのついた枝も葉も同じ長さと同じ重さにそろえ、詰めていきます。2月



▲菜の花は主に若い葉を味わう野菜。タイミングをみながら、つぼみのうちに摘み取るのだそうです。



▲「この時期ならではのおいしい菜の花を食べて欲しい」。親子の笑顔に、自信の程がうかがえます。

～3月にかけて、出荷のピーク時には、朝5時から相田さん一家総出で収穫に取りかかり、昨年は約2万パックを出荷することができました。

現在、栽培20年の経験を持ち、33名のメンバーが在籍するJA糸島菜の花部の部長を務める相田さん。「これから寒くなって収穫も大変になるけど、味の良いもの、品質の良いものを消費者の皆さんにお届けしたいです」と語ります。今もなお現役に活躍するトメさんと彼の笑顔に見守られ、菜の花たちが春を告げに旅立つ時を待っていました。



▲トメさんの、手際の良い仕事ぶりが見えます。



▲家風をものともせず、作業に励む相田さん。1月～2月にかけては霜が降りる中で収穫することも。



▲菜の花は早春を告げる食材としてだけでなく、高い栄養価でも注目されています。

「伊都菜彩のお取り寄せギフト」 豚しゃぶ焼肉用コースセット5名様

【お申込み方法】
お名前・年齢・ご住所・お電話番号・「糸島通信 番号」のご欄もお書きの上、ハガキまたはFAX・E-mailにてご応募ください。

【締切】ハガキ:2月7日(金)消印有効
FAX・E-mail:2月7日(金)17:00必着

【宛先】JA糸島 総合企画課
ハガキ:〒818-1183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、厳重に管理いたします。使用後は必ずご返却いたします。
※お寄せの宛先住所の間違いもご負担させていただきます。



清涼で風通しのよい宴會で、大切に囲食された宝島がーグをお届け。糸島の恵と愛情がたっぷり詰まっています。

※写真はイメージです。

DRINK
お酒

つつい進む、飲み口の良さ。「糸島」を冠した本格芋焼酎。

発売当初すぐに完売してしまったというほどの人気を博したこちらの焼酎。それもそのはず、糸島育ちのさつま芋「紅あずま」と米麴で作られた本格芋焼酎で、2013年に第2回福岡県酒類鑑評会で金賞に輝きました。風格ある糸島の筆文字と、魏志倭人伝が記されたラベルを見つけたら、ぜひ手に入れてくださいね!



本格芋焼酎
焼酎糸島(1.8ℓ)2,310円・(900ml)1,260円

FOOD
小麦加工品

おうちで楽しむ小麦加工品にも、糸島産小麦100%の良さが生きています。

糸島育ちの小麦は、ラーメンや小麦粉などの加工品としてひっぱりだこ。ラーメンの麺専用小麦・ラー麦を使った「糸」ラーメンは、伸びにくいのが特徴です。小麦粉は、パンやピザなどに使いやすく、豊かな香りが広がる強力粉「みなみの息吹」と、ケーキやお好み焼などに最適な薄力粉「ちくご山笠」の2種類。糸島市外からわざわざ買いに来る人もいるほどの、人気商品なんです。



糸島産強力粉「みなみの息吹」(1kg)320円
糸島産薄力粉「ちくご山笠」(1kg)280円

あっさりとしたスープ付き。細麺タイプ生仕様で、インスタントながら、コシの強い食感が楽しめます。麺のみの「替え玉」も新登場! 鍋モノのシメにおすすめですよ。

糸 ラーメン
(2食入り)450円・
替え玉100円



FOOD
麺

糸島産小麦をツルッといただきましょう。冬にあったか、「にゅうめんセット」。

夏場だけでなく冬にも美味しいそうめん。「にゅうめんセット」は、伊都菜彩のお隣・糸うどんコーナーの一押しメニューなんです。サクサクの野菜かきあげ丼と、糸島産の小麦で作ったにゅうめんがワンコインで楽しめる、とってもお得なセット。お買物の後のランチにいかがですか?



にゅうめんセット500円

伊都菜彩では、個包装や、ご進物に最適なギフト箱入りのそうめんもご用意しています。

糸 そうめん(1袋・300g)270円、ギフト箱入り(1.5kg)1,300円、(3kg)2,500円



教えて! 野菜ソムリエさん
伊都菜彩に常駐する野菜ソムリエさんに、知ってちょっとクする「食卓のアレコレ」を聞いてみました。

テーマ「体を冷やす・温める食物」

新しい年になり、忙しい時期に風邪などひいていませんか? 食物には体を冷やすものと温めるものがあるのをご存知ですか? 食物の特性を知り、バランス良く食べて元気に過ごしてくださいね!

【食材の冷温分類】

- ◎体を冷やすもの…牛乳、バナナ、きゅうり、メロン、バター、コーヒー、緑茶、白砂糖 など
- ◎体を温めるもの…みそ、明太子、ちりめんじゃこ、りんご、プルーン、赤身の肉、チーズ など

『食べてんしゃい広場』

“作り手の顔を見てみたい”というお客様の声から始まったこのイベント。漬け物やお菓子、惣菜やドレッシングなど、糸島の美味が大集合します!

開催予定は、1月18日(土)・19日(日)
2月 8日(土)・ 9日(日)

※都合により変更になる場合があります。詳しくは伊都菜彩まで。



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



美酒づくりの秘訣は、切磋琢磨の情熱にあり。

江戸時代から160年続く「ハネ木搾り」を守り抜く

お米の栽培適地として知られる糸島。良質の酒米・山田錦の田んぼに囲まれて「白糸酒造」の酒蔵はありました。安政2年の創業から約160年の歴史を誇る酒造り酒屋を守るのは、7代目蔵元の田中信彦さんです。「うちのお酒は、ハネ木搾りと呼ばれる古式手法で造っています。ハネ木搾りとは、酒と酒粕とを分ける過程で榎(かし)の木の片方に総重量1.2tの石を吊るし、テコの原理で酒袋をゆっくり搾っていく昔ながらの手法です。近代化の波がきた昭和30年代からは、これに代わる機械が導入されました。全国に1500軒ほどある酒造会社で、ハネ木製法を行っているのは、今では本当に少なくなりましたね」。

機械搾りに比べると摂れる量は少なくなりますが、もろみを完全に搾らないため、雑味の少ない“まろやかな酒”ができ上がります。「お酒の品質をトコトン追求し、先代が頑固に守り続けてきた酒造り」の精神は、脈々と受け継がれています。

伝統と若い感性を生かして“誉れ”な酒造りを

白糸酒造の代表銘柄には、昔からの主力銘柄「白糸(しらいと)」、創業150周年に誕生した「喜蔵(きぞう)」そして後継ぎである長男の克典さんがベテランの杜氏と一緒に造り上げた純米酒「田中六五(たなかろくじゅうご)」があります。これは、全量糸島産山田錦を使った力作。「昨年、とっても嬉しいニュースがあったんですよ。1つは田中六五が、JR九州のクルーズトレイン『ななつ星』の中でお客さまに楽しまれ、今もご愛飲いただいていること。また、福岡国税局の酒類鑑評会で金賞を受賞しました。もうひとつは、自社の梅酒「しらうめの庭」が、第7回天神梅酒大会で308銘柄中、全国1位に輝いたことです。酒造りは重労働ですが、造ったものが認められるということは、造り手にとってこれほど誉れなことはありません。息子も若い感性で頑張っているの、自由に羽ばたいてほしいですね」と、目を細めます。

昨年は11月から仕込みが始まり、12月初旬に初搾りを行いました。待



●白糸酒造 田中 信彦さん

1953年糸島市生まれ。大学卒業後、7代目として家業の酒造りに専念。仕事に情熱を注ぐ息子の克典さんとともに、「ハネ木塾」といった蔵遊びの会も開いています。

▶「白糸酒造」糸島市本1986
※事前予約の上、蔵見学も可能です。
TEL:092-322-2901
<http://www.shiraito.com>



望の酒蔵開きは、2014年2月22日(土)・23日(日)と、4月12日(土)・13日(日)の週末4日間を予定しています。最後のひとしずくまで、丁寧に搾った糸島の美酒。糸島で、また幸せの輪が広がりそうです。



1 山田錦の生産量上位を誇る糸島。田園に囲まれた好立地で、酒造りを行っています。2 お米洗いの作業は若手職人が2人がかりで。体力も根気もいります。3 日本酒は、12種類。梅酒と甘酒も人気です。4 固い榎の木でできた見事なハネ木。5 ラベル貼り作業は、1本ずつ手作業で行われていました。

JA糸島給油カードサービス終了のお知らせ

平素は、当組合のJA-SSをご利用いただき誠にありがとうございます。

さて、JA糸島は、諸般の事情によりガソリンスタンド及び燃料油類の配送サービス等を行うJA-SS事業を(株)ジェイエイトしまへ事業譲渡する運びとなりました。

つきましては、誠に勝手ながら平成26年3月末をもちまして、JA糸島でのJA-SS事業を終了させていただき、平成26年4月以降は、(株)ジェイエイトしまでの運営体制とさせていただきます。

これまでご愛顧いただきました利用者の皆様には心より感謝いたしますとともに、ご不便をおかけいたしますことを深くお詫び申し上げます。お手元のJA糸島給油カードは、平成26年4月以降、ご利用いただけませんので、JA

糸島各支店・各SSへご返却いただきますか、ご自身で(はさみ)を入れて処分くださいますようお願い申し上げます。

※給油カードにつきましては、現在の法人契約者様及びJA糸島正組合員の皆様につきましては、別途(株)ジェイエイトしまでの新規契約手続きにより新給油カードの発行が可能です。詳しくは、JA糸島 本店SSまでお問い合わせください。



| スケジュール | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----|----|----|------------------------------------------------------|----|
| 【各JA-SS、給油所等の運営】 | JA糸島が運営 本店SS、アグリSS、志摩SS 一貴山給油所、福吉給油所、配送センター | | | | (株)ジェイエイトしまによる運営開始(本店SS、アグリSS、一貴山給油所、配送センターのみとなります。) | |
| ①給油(掛売)カード | 給油(掛売)カードは、平成26年3月まで | | | | 給油カードは、ご利用できません。 | |
| ②セルフSS限定、現金会員カード(VIPカード、一般カード) | 現行の現金会員カードにつきましても、システム変更に伴い、カードの御代替が必要となります。本店SS、アグリSSにて平成26年3月開始予定。 | | | | 新現金会員カード ※旧カードは、ご利用頂けません。 | |
| ③クレジットカードJAカード、JA-SSカード | ※各種クレジットカードにつきましては、そのままご利用いただけます。 | | | | | |

JA糸島組合員限定 セルフSS限定VIPカード (現金会員カード)



いつも節約給油、家計を応援! 本店SS、アグリSS限定VIPカード!!

店頭価格(現金)より、最大で10円/ℓお得

- ①JA糸島組合員割引特典
- ②給油量に応じた割引特典

▶ご注意

現在、ご利用のVIP会員カードは、JA-SSのシステム変更に伴いまして、平成26年4月1日以降、新VIP会員カードへ変更させていただきます。給油量に応じた割引特典については、システムの変更に伴い、新規の給油量計測となるため1か月間70ℓ以上の使用があったものとみなし、割引特典を付与させていただきます。

VIP会員カードの切り替えにつきましては、平成26年3月からJA糸島本店SS及びアグリSSにおいて、順次お手続きさせていただきます。利用者の皆様には、ご不便をお掛けいたしますが、よろしく協力の程お願い申し上げます。

また、平成26年3月末までに現行のVIPカードの発行は可能ですが、改めて新カードへの変更手続きが必要になりますので、ご容赦くださいますようお願い申し上げます。

○お問い合わせ先 / JA糸島本店SS 電話092-322-2760

編集後記

本号の取材時に、活き活きとした菜の花を生産者の相田さんから少し分けていただきました。そして、なるべく鮮度を落とさないように注意しながら「ピノックス」のシェフ・水野さんへ。「香りが良かったですよ」と穏やかな表情で語りながら、素敵なメニュー

に仕上げてくれました。丁寧に仕事と向き合う生産者の方、その意図をくみとって食材と向き合うシェフ。今回のお店メニューは、そんな素敵なコラボレートで生まれた作品です。この冊子も、人の想いをつなげられる温かい媒体でありたいと思います。

