

糸



Photo/Saiji Watanabe

特集 口いっぱい広がる爽やかな甘酸っぱさ

甘夏

甘夏
レシビ村



糸島ピープル
アックブントエッフエ
シェフ 藤田 浩さん
伊都菜彩
オススメ商品

糸 口いっぱい広がる爽やかな甘酸っぱさ

甘夏



皮をむいたとたんにフワッと広がる独特な香り。

甘酸っぱい果汁たっぷりの果肉は、ぎゅっと引き締まり食べごたえ十分です。

1～2月にかけて収穫され、貯蔵される糸島の甘夏は、酸味と甘みのバランスが絶妙。

気温が上がるこれからの季節、この上品な酸味が、喉を潤してくれます。



Hiroko Tanisaki

プロに聞く!

若きパティシエが創り出す糸島の旬を届ける創作スイーツ。

筑前前原駅から志摩方面へ車で5分ほど進むと、上品な紫を基調にしたフレンチスタイルの外観がかわいい「パティスリー・グリュック」があります。繊細で美しいケーキや焼き菓子などが所狭しと並ぶ店内は、「大人の女性も女の子に戻ってしまうワクワク感」がコンセプト。東京をはじめ横浜、大阪で16年、パティシエとしての技術を学んだ安永紀也さんがオープンさせたお店です。

「糸島は食材も豊富だし、フルーツも旬のものをフレッシュな状態で手に入れることができるのが、パティスリーに最適」と安永さん。農家さんと直接ふれあえる糸島に大きな魅力を感じたと言います。実際、農家さんとかわすいろいろな会話や果物の花や香りで、新しい作品のアイデアが湧いたり



▲「甘くて苦い」という意味の甘夏のショートケーキ「ドゥ・アメール」をはじめ、甘夏のマカロン、甘夏のパウンドケーキなどが季節限定で登場予定。

することも。この日もショーウィンドウには、糸島産の苺やゆずなどを使ったオリジナルのケーキが並んでいました。「フルーツはもちろんですが、粉や卵も糸島のものを使っています。ほかにも、良いと思うものは世界中から取り寄せたりと素材にはこだわっています」と微笑む安永さんのケーキは、一目見れば手間を惜みず丁寧に作られていることが伝わってきます。

今回の食材である甘夏は、爽やかな酸味と瑞々しさが特長。「ムースやコンポートにしたり、クリームとの相性も良く、意外とバリエーションを楽しめますよ」と話す安永さんが考えた甘夏スイーツは3種類。甘夏の果汁や果肉を贅沢に使い、皮の心地良い苦味をアクセントにしたケーキやマカロンが、春から初夏にかけてグリュックのショーウィンドウを爽やかに彩ることでしょう。

patisserie gluck
パティスリー・グリュック

予約＆お問合せ TEL:092-323-1660
営業時間:11:00～20:00
糸島市前原西5-9-33



▲「うちのスイーツを通して、糸島産素材の良さを知っていただければうれしいです」と安永さん。



▲店内は女性心をくすぐるかわいらしいものばかり。

糸 印の旬レシピ

酸味を活かした甘夏お手軽レシピ。



干物の香りをまるやかに! ふんわり優しく広がる酸味がクセになる。さっぱりお寿司

【作り方】

- ①米は洗って昆布を加え、炊飯釜の3合の目盛りまで水を入れ普通に炊く。
- ②かますの干物は焼いて身をほぐし、骨を除く。
- ③しょうが、青じそ、みょうがはせん切りにする。
- ④絞った甘夏の果汁と塩、砂糖を合わせて「寿司酢」をつくる。(砂糖の量は甘夏の甘さで加減する)
- ⑤炊き上がったご飯に合わせて酢を回しかけ、②と③の具、ごまを混ぜ合わせる。

【材料(4人分)】

- 米…3合
- 昆布…5cm角
- かますの干物…2枚
- しょうが…1かけ
- みょうが…4個
- ごま…適宜
- 青じそ…5枚

「寿司酢」甘夏果汁…大さじ5 塩…小さじ1と1/2
砂糖…大さじ1～2

今夜の晩酌は白ワイン!? 爽やかな酸味が上品な一皿に。

白身魚のカルパッチョ 甘夏ソース

【作り方】

- ①刺身用白身魚は薄いそぎ切りにして器に並べる。塩少々(分量外)をふる。
- ②ルッコラは食べやすい大きさに手でちぎり、オリーブ油少々(分量外)をまぶし、①に添える。
- ③甘夏は薄皮もむいて実をほぐし、「甘夏ソース」の調味料と合わせてソースを作る。
- ④食べる直前にソースをかける。



【材料(4人分)】

- 刺身用白身魚…150g
- ルッコラ…適宜

「甘夏ソース」

甘夏…1/2個 塩…小さじ1
白ワインビネガー…大さじ2 しょうが…少々
粒マスタード…大さじ1 デイル…少々
オリーブ油…大さじ4

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

「甘夏」の達人

「潮風を浴びたミネラルたっぷりの糸島の甘夏はおいしいですよ。」

海沿いの道を走り福ノ浦地区に入ると、黄色の果実が実る甘夏の木が現れます。取材に訪れた2月は、収穫を待つ大ぶりの甘夏が大きな木にビッシリ、その重さで枝をたわませていました。「糸島の甘夏は1月15日から収穫をはじめのけん、今はちょうど繁忙期なんです」と話してくれたのは、父の代からの甘夏栽培を継ぎ39年、JA糸島柑橘部会に所属する奥功さんです。この地区は年間を通して暖かく、海岸線で霜と低温の日が少ないという温暖な気候と、水はけの良い地盤は甘夏栽培にとっても適しているのだとか。さらに、ミネラルをたっぷり含んだ海風が、甘く果汁たっぷりの甘夏を育みます。



▲甘夏を作り続けて39年。ベテランの奥功さん。

暖かい春になると店頭で見かける甘夏ですが、収穫時期は1月から2月にかけて。1年かけて育てた甘夏を冬に収穫し農家貯蔵とJAの冷蔵庫で貯蔵し、3～5月まで出荷します。糸島の甘夏はこの期間に熟成され、酸味がやわらいだおいしい甘夏に変身します。おいしい甘夏を選ぶポイントは、時期によって少しずつ変化するといえます。出荷の走りとなる3～4月上旬頃までは、酸切れの良い

大玉果実を、4月中旬以降になると、気温が高くなるにつれ糖酸バランスが取れた小ぶりの果実もおいしくなります。5月以降の甘夏は、低温貯蔵冷蔵庫内で熟成されるので、おいしさがより一層増すのだとか。

糸島の甘夏は、こうした四季折々の味覚に合わせておいしい食べごろを迎えるように手間ひま愛情をかけているのです。

奥さんに今年の甘夏の出来を聞いてみると、「今年は比較的、玉太りが良くなかなか良品な甘夏が育ってます」とのこと。たっぷりの果汁をギュッと搾ってジュースにしたり、生ハムなどと一緒にサラダにしても美味しい甘夏。今年の春は糸島の甘夏にぜひ注目してみてくださいね。



▲糸島の甘夏は果皮が荒いのが特徴。



▲次の年に向け、重なりあった枝をばっさり剪定。



▲大玉を育てる秘訣は、風通しと日当たりの良さ。7、8月頃の剪定が実なりを左右するのだとか。

「糸島通信」読者プレゼント

「お取り寄せギフト」 果物畑Aセット化粧箱入り5名様

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

【締切】ハガキ:5月8日(金)消印有効
FAX・E-mail:5月8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。
※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



糸島の日差しをたっぷり浴びて育った「甘夏」「清見」。それぞれのみかんの美味しい特徴を、丸ごと封じ込めたジュースです。
※写真はイメージです。



糸島の美味しい食材が、美味しいお酒&ジュースに!

フレッシュなフルーツをそのまま楽しむのも良いですが、旬の美味しさを1年中楽しめる加工品として人気の糸島食材を使ったお酒やジュース。中でも明治3年の創業以来、地元で愛され続けている『杉能舎』が、『伊都物語』のヨーグルトを使って造ったお酒はまさに“糸島生まれ”の逸品!まろやかな味わいは、女性に好評です。



- 1 とろーり濃厚なヨーグルトがクセになるヨーグルト酒シリーズは、ロックがオススメ。“みかん”は新登場です!ヨーグルトみかん、ヨーグルト梅酒、ヨーグルト柚子酒、ヨーグルトあまおう各1,512円
- 2 贈り物にはかわいいラッピングを!



- 3 糸島産のお米と麴で造られた「いとしまっこり」は、ネーミングも印象的。いとしまっこり1,008円
- 4 今回の食材「甘夏」を使ったジュースも人気!『甘夏ジンジャー』は料理にも大活躍。右:あまなつ柑ジュース 果汁80%(600ml)600円、左:甘夏ジンジャー(200ml)620円

「甘夏ジンジャー」活用レシピ!



- [材料(4人分)]
- 豚肉(生姜焼用)…200g
 - なす…1本
 - ししとう…8~12本
 - 小麦粉、サラダ油…各少々
- [ソース]
- 甘夏ジンジャー…大さじ2
 - 醤油…大さじ2
 - 酒…大さじ2
- [作り方]
- 1 豚肉は小麦粉を薄くまぶす。なすは食べやすい大きさに切る。
 - 2 フライパンに油を熱し、野菜を炒めて取り出す。豚肉を加え、両面焼き色がついたら、合わせておいた「ソース」の調味料を絡める。
 - 3 器に豚肉、野菜を盛りつけ、残ったらタレをかける。

豚肉と糸島野菜のジンジャーソース

テーマ「知って役立つ、料理の裏ワザ」

◎しなびた葉もの野菜が復活!
冷蔵庫に入れていたのに、しんなり葉っぱに元気がなくなってしまった場合は、砂糖と酢を入れた水に浸けるとシャキッとします。また、レタスは40℃くらいのお湯に5分ほど浸けると、シャキシャキ感が復活します。

◎玉ねぎ切りも、どんとこい!
玉ねぎを切っていて目が痛くなった場合は、冷凍庫を開けて目を近づけ、数回まばたきをしてみてください。冷気を浴びると、痛みが和らぎます。また、生で玉ねぎスライスを食べる場合は、玉ねぎの下半分を使いましょう。繊維が細かいので美味しく食べられます。

【野菜ソムリエ】



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、知ってちょっとトクする「食卓のアレコレ」を聞いてみました。



産直市場
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



『食べてんしゃい広場』

“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。漬け物やお菓子、惣菜やドレッシングなど、糸島の味が大集合します!

開催予定は、5月9日(土)・10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。

自然に囲まれた糸島だからこそできる最高のおもてなしを

大好きな自然あふれる理想の場所を求めて

目の前に広がる棚田ののどかな風景、そしてその奥に広がる海。糸島の心地良い風景を独り占めするような素晴らしいロケーションに加えて、糸島の食材をふんだんに使った料理が楽しめるのは、イタリア料理とワインの宿「アッカ プント エッフェ」。イタリアンの人気店として、福岡市中央区で14年間親しまれたお店が、糸島の福吉地区に移転して1年が過ぎました。

このお店を切り盛りするオーナーシェフの藤田浩さんと奥様の弘子さんは、お二人とも県外の出身。なのに何故糸島にお店を?と尋ねると、「福岡で過ごした学生時代から、糸島が大好きだったんです」とシェフは答えます。全く異業種の仕事を経たのち、飲食の仕事やイタリアの素晴らしさに心を惹かれ料理の世界へ。東京、イタリアで料理の修業をし、帰国後、自分たちのお店を、と考えたとき真っ先に候補にあがったのが糸島だったそうです。「自然に囲まれた場所でゆっくりとお店をやりたいかったです」と笑顔のお二人。

糸島での開業の足がかりにと福岡市にオープンさせたお店は、福岡県産の食材にこだわった本場仕込みの料理と、お二人の人柄でたちまち人気店に。その頃に出会った糸島野菜の生産者さん達とのご縁が、糸島移住計画を現実のものに近づけたといいます。

糸島の美しい景色と空気、それが何よりもごちそう

週に一度、二丈まで足を運び野菜の栽培を始め、その傍ら、シェフが50歳になる頃を目標に移住先の物件探しを始めたそうです。当初、オーベルジュスタイルにはこだわっていなかったお二人ですが、現在の場所に巡り会えたときに「お料理やおいしいワインはもちろんですが、朝のすがすがしい空気、素晴らしい景観、ここでしか味わえない時間をゆっくりと楽しんで欲しい」と実感。オーベルジュという発想が自然に生まれたと言います。

今後の目標を尋ねると「あれもこれもと小さな野望はまだたくさんあるんですよ」と笑う弘子さん。「お店に来ていただくことで、こんなに素敵な場所があ



●akka PUNTO effe(アッカ プント エッフェ)シェフ 藤田 浩さん
カメリエーラ 藤田弘子さん

ご主人の浩さんは熊本県、奥様の弘子さんは兵庫県の出身。二人とも東京でインテリア関係の仕事を経て、料理の勉強のため共にイタリアへ。帰国後、福岡にて開業。

▶糸島市二丈吉井389-1 TEL:092-326-6301
営業時間:ランチ11:45~14:00(OS14:00)
カフェ14:00~16:00
ディナー17:30~22:00(OS20:30)
宿泊:お一人様1泊2食付12,960円〜 休:不定休
http://www.akka-punto-effe.com

るんだと、糸島のことを知っていただくきっかけになればうれしいですね」と楽しそうに語る浩さん。お二人の笑顔の源は、この場所での充実した生活にあるのでしょう。



1 レストラン横の畑には、いろいろな野菜やハーブなどが。2 イタリアの地方にある建物をイメージしたというお店は、1階はレストラン、2階が宿泊施設。3 シンプルな空間を彩るインテリアはセンスが光るものばかり。最大8名まで宿泊可能。4 窓から差し込む優しい日差しが寛ぎの時間を与えてくれます。5 客室のベランダからの自慢の眺め。6 ハルマ産の生ハムに季節野菜と2種類のチーズを合わせたサラダには、もちろん自家栽培の野菜を使用。「耳たぶ」という意味のオレキエッテは手作りパスタ。4種の野菜との相性抜群!



暮らしに彩り添える JAの文化教室開講!!



今回は、14講座24教室の文化教室を開講します。心に体に“文化”という栄養を与えてリフレッシュ!

講座名	開催日・時間	年間受講料	場所	開講日
健康体操	一貴山 第1・3火 20:00~22:00	20,000円	西部支店	5月12日
	可也 第1・3月 20:00~22:00		志摩支店	5月11日
フラワーアレンジメント	深江 年5回 20:00~22:00	15,000円	旧深江支店	6月から
ストレッチ編み	前原 第1・3木 13:30~15:30	30,000円	いきいき研修室	5月7日
	一貴山 第2金 20:00~22:00	15,000円	西部支店	5月8日
舞踊	本店 毎週月 19:30~21:30	25,000円	いきいき研修室	5月12日
	前原 毎週火 20:00~22:00		浦志公民館	5月5日
生け花	深江 第4木 20:00~22:00	10,000円	旧深江支店	5月28日
カラオケ	ゆり 第1・3金 13:30~15:30	20,000円	いきいき研修室	5月1日
	孔雀 第2・4金 20:00~22:00		いきいき研修室	5月8日
	さつき 第1・3月 20:00~22:00		旧深江支店	5月4日
	はまゆう 第2・4水 20:00~22:00		福井研修センター	5月13日
	ハイビスカス 第2・4火 14:00~16:00		いきいき研修室	5月12日
	すみれ 第1・3火 20:00~22:00		怡土支店	5月5日
	あざみ 第2・4火 20:00~22:00		怡土支店	5月12日
はがき絵教室	第1月 13:30~15:30	10,000円	いきいき研修室	5月18日
フラダンス	第2・3・4金 10:00~11:30	20,000円	いきいき研修室	5月8日
3B体操	第1・3火 20:00~22:00	20,000円	いきいき研修室	5月5日
	第2・4月 20:00~22:00		桜井谷公民館	5月11日
コンベック料理	第2火 9:30~12:00	6,000円	いきいき調理室	5月19日
郷土民謡	第2・4月 14:00~16:00	20,000円	いきいき研修室	5月11日
着付け	第2・4火 20:00~22:00	20,000円	いきいき研修室	5月12日
茶道	第1火 13:30~15:30	20,000円	いきいき研修室	4月7日
健康気功体操 太極拳入門	未定 未定	未定	いきいき研修室	未定

※受講料は前期(5月~9月)、後期(10月~2月)でまとめて徴収いたします。
 ※受講料のほかに年会費1,000円が必要です。また、別途材料費がかかる教室もあります。
 ※茶道は都合により4月開講です。
 ※人数が少ない場合は開講できないことがあります。
 ※日時等は場合によって変更になることがありますのでご了承ください。
 ※着付け教室は最少人員5名以上より開講になります。

◎お申込み・お問い合わせは
 食育研修センター「いきいき」まで
 ☎ 092-321-5080
 FAX.092-327-3960

編集後記

「糸島ピープル」の取材で訪れた「アッカ プント エッフェ」は、とっても非日常的な空間。窓から望む棚田と海との絶景に、「子どものころに遊んだ田舎がここにはある」と糸島の魅力を教えてくれた藤田さんのいう通りだと実感。建物全体はイタリアにあ

りそうな洋風空間ですが、テレビ台に使われている棚や、ガラステーブルの脚を見ると、純和風アンティーク。日本とイタリアが見事に融合~。糸島の自然のおおらかさが、自由な発想をかき立てるのかな...と、感じた今回の取材でした。(編集部)

