

糸

Photo/Seiji Watanabe

特集 軟らかな食感の夏芽が旬

アスパラガス
レシピ村

アスパラガス



糸島ピープル
緑の農園 取締役
早瀬 憲一さん

Aコープ特集
オススメ商品

糸 軟らかな食感の夏芽が旬

アスパラガス

身体の熱を取り、のどの乾きを和らげる

効果が期待できるといわれるアスパラガス。

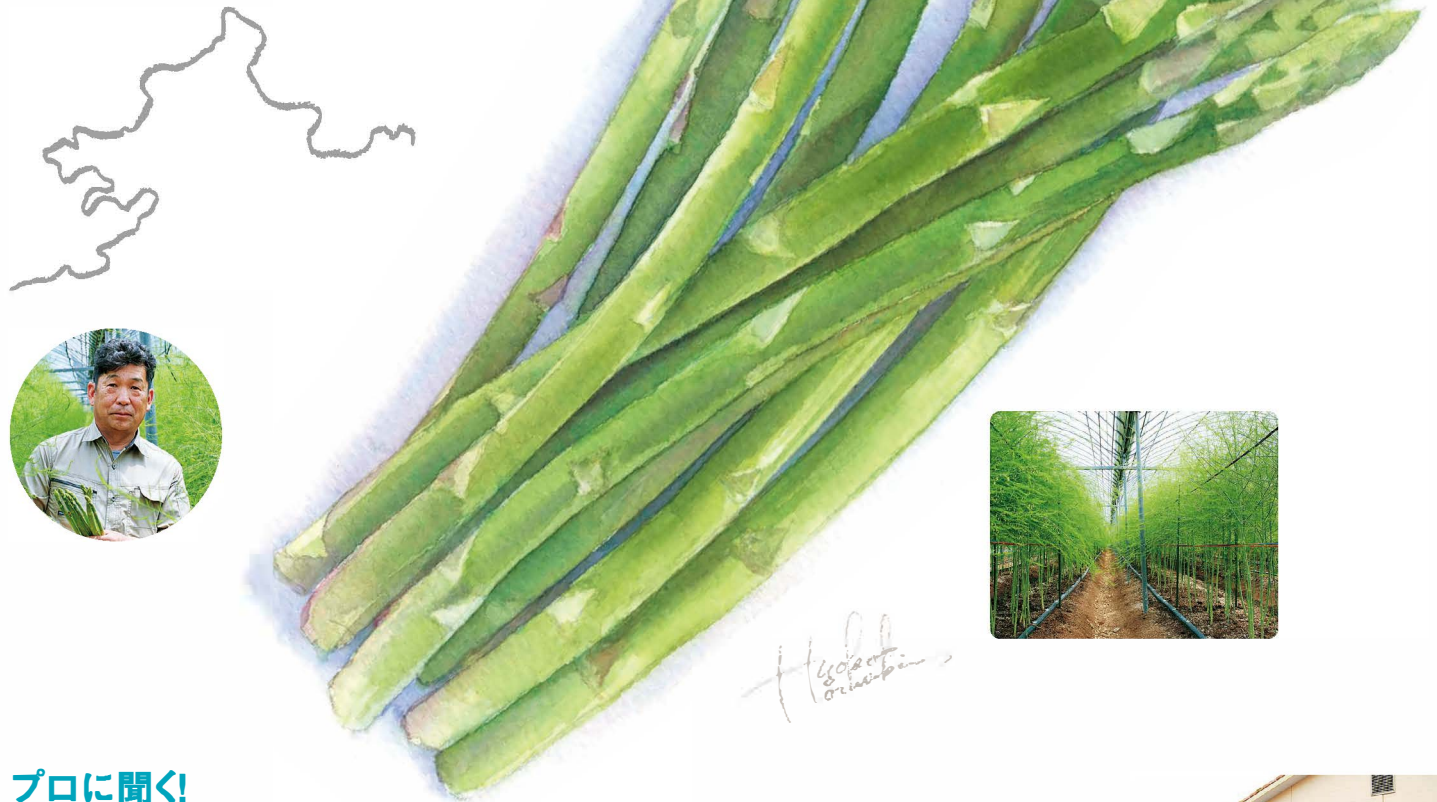
アスパラギン酸が新陳代謝を促し、

疲労回復や免疫力を高める作用があると

近ごろ、注目が集まっています。

九州全体でも多く生産され、

色鮮やかな夏芽は今が食べ頃です。



プロに聞く!

香りが濃いアスパラガスは スープやソースにアレンジも。

糸島でフレンチレストランを始め、10周年を迎えた南風台にある「anniversary～永遠」は、この道38年、銀座の名店や唐津のホテルで腕を磨いた父親の岡本孝行さんと、休業中のご長男・卓也さんを中心としたお店。「記念日を大切にしてほしい」との思いから、メニューはすべてコース料理で構成されています。

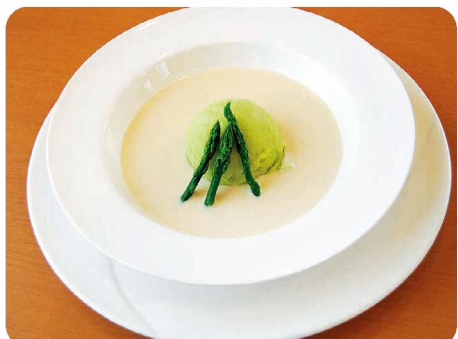
花火や記念写真の撮影、「おめでとう」の言葉をデザート皿に描くサービスなど、細やかな演出が感動を呼び、県内外からリピーターが訪れるそうです。「一度体験した方が「今度は自分が誰かを喜ばせたい」と記念日などにご利用いただいています。幸せな瞬間を楽しんでいただければ」と卓也さん。今回はあらゆる食材と相性のよいアス

パラガスを使って「フレンチならではのアレンジを考えました」と、シェフからの楽しみな提案。「今年は暑いようですから、1品はシャーベット仕立てにしてさっぱりと。もう1品は、フレンチはソースが醍醐味ということでグリーンソースにアレンジ。味と一緒に、彩りも楽しんでいただけたらと思います」。

普段から食材は糸島産の新鮮なものを選んでいくシェフ。「糸島産のアスパラガスは青々しさがあって香りが濃いですね。歯応えも違います」と素材へのこだわりがうかがえます。素材の味、料理の華やかさ、集う人が分かち合う雰囲気まで大事にした心温まる料理とサービス。特別感に満ちたもてなしが、大切な記念日の思い出をおいしく彩ってくれることでしょう。



▲ボイルとソースで楽しめる「ロブスターソースアスパラのクリームソース」。7月はセレブコース(5,200円)の中でいただける。



▲アスパラガスをシャーベットに仕立てた「アスパラガスソルベのピシソワーズ」。爽やかな夏の一品。



▲「糸島は珍しい食材も豊富で新作の作りがいがあります」と岡本さんご家族。



▲落ち着いた雰囲気店内。席数は30席、振りごたつの個室もある。



▲見習い中の卓也さんを指南する孝行さん。



糸印の旬レシピ

シンプルな味付けで、野菜の旨味を存分に楽しむ。



食卓が盛り上がること間違いなし! アスパラガスのオーブン焼き

【作り方】

- ①アスパラガスは根元の硬い部分の皮を薄くむき、熱湯でさっと茹でる。茹でたら、食べやすい長さに切る。
- ②ベーコンは小さく刻む。
- ③グラタン皿にオリーブ油(分量外)を薄く塗り、アスパラガスを並べ、チーズ・ベーコンを散らし、200℃のオーブンで10分間焼く。
- ④チーズが溶けたら卵を乗せ、更にオーブンに入れて卵が半熟状になるまで焼く。
- ⑤オーブンから取り出し、オリーブ油と胡椒をかけ、卵をくずしながらいただく。

【材料(2人分)】

- グリーンアスパラガス(太め)…4本
- 生卵……………2個
- とろけるチーズ……………50g
- オリーブ油…大さじ1
- ベーコン……………2枚
- 胡椒……………少々

ポイント

③はオーブンの代わりにオーブントースターを使ってもO。

簡単に中華風炒め物のできあがり。 えびとアスパラガスのXO醬炒め

【作り方】

- ①えびは殻をむいて背開きにし、背わたをとる。酒・塩をみこみ、片栗粉をまぶしつける。
- ②アスパラガスは根元の硬い部分の皮を薄くむき、食べやすい長さに切る。
- ③中華鍋でサラダ油(大さじ1)を煙が出るくらいに熱し、アスパラガスを一気に加える。色が変わったらいったん取り出す。
- ④同じ中華鍋にサラダ油(大さじ1)を足し、えびを炒める。えびの色が変わったら③のアスパラガスを戻し、合わせておいた調味料を回し入れて味を絡める。



【材料(4人分)】

- グリーンアスパラガス(細め)…10本
- えび……………12尾
- 酒……………大さじ1
- 塩……………大さじ1/2
- 片栗粉……………大さじ2
- サラダ油……………大さじ2
- ★調味料(以下を合わせておく)
- XO醬……………大さじ1
- 醤油……………大さじ1
- 紹興酒……………大さじ2
- 砂糖……………小さじ1

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

レシピのページあり

「アスパラガス」の達人 みずみずしい 夏芽の季節が到来です。

自然の優しい甘みと歯応えを楽しめる食感、そして鮮やかなグリーンが料理を引き立ててくれる食材として好まれる「グリーンアスパラガス」。福岡は全国10位内に入る年間生産量を誇り、生産の推進・拡大に力が注がれている野菜です。今回は、JA糸島アスパラガス部会長の立石倫明さんにお話を伺いました。

長年育てているハウスみかんとともに、アスパラガスの栽培を始めて9年になるという立石さん。ハウスを訪ねると、立石さんの背の高さを超えるほどまでアスパラガスの親木が茂り、小さな花を咲かせていました。和名では「オランダキジカクシ」ともいわれ、成長するとキジが隠れることができるほど生い茂ることに由来しているそうです。

「アスパラガスには旬が年に2回あるんですよ。2月から4月に収穫を迎える春芽と、5月下旬から今が旬の夏芽とがあって、これから10月までが夏芽の収穫期です」と指を差す先には、地面から生育中のアスパラガスがニョキニョキと顔を出していました!アスパラガスは他の野菜と異なり、定植し



▲「茹でたり炒めたり、どんな調理にも◎」と立石倫明さん。

てから収穫できるまで最低1年はかかるそうですが、その後株を大切に育てていけば20～25年は収穫が続けられるといいます。管理が比較的簡単のため、「高齢層にも育てやすいですよ」と立石さん。

部会には現在、新規参加者も含めて20代～70代まで30名が所属し、定期的に栽培講習会などを開き、生産量の拡大・普及に取り組んでいます。「昨年の年間収穫量は部会全体で60トン。今後は100トンを目指して、安定した生産と販売を続けていきたいですね」と部会メンバーと力を合わせ、アスパラガスの可能性に期待を寄せます。



▲水やりと有機質の肥料、病害虫対策を行いながら、30アールのは場を管理しています。



▲しっかりと育った夏芽は、次代の親木に有望。印をつけて大切に栽培します。



▲青々として瑞々しいアスパラガス。「いま最盛期を迎えています」。

anniversary～永遠(とわ)

予約&お問合せ TEL.092-332-0018 福岡県糸島市南風台8-7-32
営業時間 11:30～LO14:30、18:00～22:00(LO20:00) 休み:月曜日
※コース料理は1,780円～、人気の「永遠コース」は3,600円。

「糸島通信」読者プレゼント

「つまんでご卵(40個入)」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、ハガキまたはFAX・E-mailにてご応募ください。

【締切】ハガキ:8月15日(月)消印有効
FAX・E-mail:8月15日(月)17:00必着

【宛先】JA糸島 総合企画課
ハガキ:〒819-1193福岡県糸島市市原東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、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。



今年にも登場した「縁の良縁」の「つまんでご卵」をお届けします。全国的にもその名が知られる人気の卵。ぜひご賞味ください。

※写真はイメージです。



店長さんに聞きました! Aコープのオススメ商品BEST3

新鮮と安全・安心をテーマに、地域に密着した生活食材の提供に取り組んでいるAコープ。糸島には、前原駅と直結したポルタ1Fにある前原駅南店、志摩初にある志摩店の2店舗があります。生産者が真心をこめて育てた食材や加工品などを紹介する産直コーナーも充実しています。今回は、前原駅南店の店長にオススメの人気商品をセレクトしてもらいました。

いとゴンサブレ

糸島市のイメージキャラクター「いとゴン」をモチーフに、糸島産の塩、卵、小麦粉を使って焼き上げたキュートなサブレ(合成着色料・防腐剤不使用)。塩バニラ・抹茶・チョコ味の3ゴン入り。季節限定の味が加わった8ゴン(1,100円)もあります。



いとゴンサブレ
3ゴン(枚) 450円

服部屋の「牡蠣のみそ漬」

船越の牡蠣小屋「服部屋」の手づくり商品。使い方いろいろ、食パンやフランスパンなどにつけても美味しい「みそ漬け」のほか、アヒージョやパスタ、チャーハンなどに使える和風万能ソース「和ヒージョ」、「牡蠣にんにくねぎ味」もあります。



「牡蠣のみそ漬」
真空パック700円・瓶800円

球磨の恵みヨーグルト

球磨酪農農業協同組合が育てる人吉・球磨の生乳100%。ストレスの少ない環境でのびのび育った牛の牛乳が原料。とろりとした食感がたまらない一品です。日本酪農乳業協会オリジナルアレンジ賞受賞。



球磨の恵みヨーグルト
565円(1,000g)

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



「Aコープ大感謝祭」を開催!

7月 8日(金)
7月 9日(土)
7月10日(日)

ぜひお越しください!



自慢の鶏と卵を使った丼が楽しめる食堂をオープンしました!

メインは「つまんでご卵」と「万歩鶏」を使った丼。

志摩桜井の地で、父・憲太郎さんの代から養鶏を始めて28年。「つまんでご卵」と言えば、多くの方がきっとその名をご存知でしょう。現在、後継者として「緑の農園」の養鶏と経営に携わるのは、息子の早瀬憲一さんです。

平飼スタイルの養鶏と卵の生産を基盤に、ケーキ工房と自然食品の直売店を運営してきた早瀬さんご家族。昨年12月に直売店を増改築、今年5月末には念願の食堂をオープンしました。つまんでご卵と、その親鶏「万歩鶏」を使った親子丼などを提供しています。

「養鶏や食べるのが大好きで、この仕事は将来自分の手でやりたい」と思っていた早瀬さん。大学もその道へ進み、卒業と同時に帰郷し就農。会社として長年の夢であった「食堂部門」もついにスタートさせました。「福岡にはカシワを食べる親鶏文化がありますよね。親鶏ならではの旨味や、歯ごたえのある鶏肉の味を知ってもらいたい」と話します。

糸島の下地をもっと高めて魅力ある地域にしていきたい。

「つまんでご卵には生臭さがなく、焼き上げると芳醇な甘い香りがあるので、香料を使わなくてもいいとパティシエが驚くほどなんです」。話の中で感心したこの言葉。では、万歩鶏と他の鶏とでは具体的にどんな違いがあるのか伺いました。

「通常、肉用の鶏は出荷体重に到達するのが50日。その日齢で出荷されます。一方、万歩鶏は年間350個以上卵を産む採卵用の鶏です。卵を産む1年半の間、地面の上でのびのびと、ストレスを感じることなく飼うことができます。その時期の鶏の肉は旨味と歯ごたえのバランスが一番よく、嫌な臭みもないんです。飼料も自社で手づくり。一般的な養鶏に比べれば非効率な面もありますが、「鶏の幸せ」を追求することで鶏がよいものを返してくれる」。それが緑の農園の信念です。

「父が作ってくれた農園の根幹はそのまま、時代が変化している分、ネット販売でのPRなど枝葉の部分はよりよく



緑の農園 取締役 早瀬 憲一さん
●糸島市出身、28歳。高校を卒業後、東京農業大学畜産学科へ進学。飼料を専門テーマに、良質で安全な食料生産についての理論や実践を学ぶ。現在は鶏舎の管理から経営まで幅広く従事。

変えていけたらと。糸島で多く活躍するユニークな異業種の人たちのように、この地域の下地のレベルを上げていく一人になれるように努力していきたいです」と、力強く頼もしく話してくれました。



1 本場に1万歩歩くのを計測した(!!)という緑の農園の「万歩鶏」。現在6600羽を飼育しているそうです。2 濃厚な旨みとコク、臭みのなさも自慢の「つまんでご卵」。3 「つゆも美味しいんです」と早瀬さんが太鼓判を押す究極の丼「親子丼」(918円)。卵丼(756円)もあります。4 直売店「にぎやかな春」の一角を改装した食堂。5 人気の「糸島ロール」を販売するケーキ工房。

JAバンクで
よかうもん!

JAの定期貯金

サマー キャンペーン 2016

夏の貯金は
JAバンクへ!



平成28年7月29日(金)まで

ご契約
いただいた方
の中から抽選で

3,000円分の農協全国共通商品券を70名様にプレゼント!!

キャンペーン期間中、福岡県内のJAで定期貯金を新規で30万円以上のご契約をされた方に、

サマーバッグプレゼント!

対象商品
(※注1)

定期貯金 ■預入期間:1年以上 ■預入金額:10万円以上
■新規の自動継続定期

〇本キャンペーンご利用は、個人の方に限らせていただきます。〇キャンペーン対象商品については、JA窓口におたずねください。

夏を感じる

ILLUMS × CHORISの
コラボバッグ!

福岡県内JA
17,000個
限定!



※商品のデザイン・サイズ・仕様等は変更になる場合がございます。※数量に限りがございます。

対象となる方	個人の方(含む事業性個人) ※既に当JAにお預け入れいただいている定期貯金からのお預け替えはできません。
対象商品	●スーパー定期貯金 ●大口定期貯金 ※ただし、ゆとりつなぐ夢プラン・やすらぎ全国統一年金定期貯金「結いの恵み」・県内統一金利上乗せ定期貯金「親さん」は除きます。
預入期間	1年
適用金利	当JAの所定の店頭表示金利によります。 ※お利息には、2.015%(国税15.315%・地方税5%、平成4年12月31日までの適用。)の源泉分離課税がかかります。
預入金額	●スーパー定期貯金……10万円以上(1円単位) ●大口定期貯金……1,000万円以上(1円単位)

抽選方法	当JA所定の方法により、厳正なる抽選を行います。
当選発表	8月下旬(当JA所定の方法で発送いたします。) ※当選者の発表は懸賞品の受渡しもって代えさせていただきます。
懸賞品の受渡方法	当選発表後、当JA所定の方法により、厳正なる受渡しをします。
懸賞品	期間中、新規でご契約いただいた方の中から抽選で3,000円分の農協全国共通商品券を70名様にプレゼント
景品	新規で30万円以上のご契約をされた方に、サマーバッグプレゼント ※数に限りがございます。 ※商品のデザイン・サイズ・仕様等は変更になる場合がございます。

JA糸島
本店 金融推進課
住所▶糸島市前原東2-7-1
電話▶☎092-322-2766

前原支店 ▶ ☎092-322-2266
加布里支店 ▶ ☎092-322-2950
波多江支店 ▶ ☎092-322-2601
雷山支店 ▶ ☎092-322-3134

怡土支店 ▶ ☎092-323-8211
福吉支店 ▶ ☎092-326-5311
西部支店 ▶ ☎092-325-0231
引津支店 ▶ ☎092-327-2800

志摩支店 ▶ ☎092-327-0215
詳しくは、JA窓口までお気軽におたずねください。
<http://www.ja-itoshima.or.jp/>

編集後記

「アスパラガス」をテーマにお送りした夏号。地面からニョキッと顔を出す生え方や可憐で小さな花を咲かせる姿…知らなかった魅力を発見することで、食材をより身近に感じ、旬のグリーンアスパラガスを楽しんでいただけたら

嬉しく思います。「糸島ピープル」では養鶏を通じて安全・安心な食の未来をつくる早瀬さんの情熱に触れました。生産者の信念が品質や味をつくっている。実感しながら、美味しい卵をいただきました。(編集部)

