

い印かわら版

2015.11月号
(vol.29)

今が旬！

産地紹介

いよいよ「干し芋」の 季節がやってきます！



栽培方法が全く違うため、干し芋作りをはじめてこの道30年以上になる関さんも、7年ほど前から紅はるかの栽培を始めて試行錯誤しながら、これまで研究を重ねてきたそうです。もともと紅はるかは糖化が早く、焼き芋用として県内でも生産が始まった新品種で、これを干し芋にしようとしたのは関さんが一番早かったといえます。今やTVでも紹介されるなど、人気の紅はるかの干し芋ですが、当初は市場としても従来の干し芋と比べて知名度も低く、販売に苦勞をしてきたそうです。

干し芋への加工は、11月上旬からスタートして、翌年の6月上旬まで、品質を保つこだわりから、天日干しと乾燥機の併用で、絶妙な温度管理のもと行われています。蒸かして皮をむいたら、ピアノ線を張った芋切り器で薄切りにし、網に並べていきます。

干すと1/5になってしまうので、本当に味が凝縮しているのも納得です！

年末のお歳暮でもとても人気がありますので、ぜひ、紅はるかの干し芋をご用意されてはいかがでしょうか。



秋も深まり、さつまいもの収穫も終盤となってきました。じっくりと寝かして、でんぷんが糖化したさつまいもは、焼き芋はもちろんのこと、これから製造が本格的に始まる干し芋の原料としても最適です。

小美玉市の関商店さんは、さつまいもの生産から、干し芋の製造・販売まで一貫して行われている、さつまいものプロフェッショナルです。

昔主流だった「玉豊」や「いずみ」などの品種を経て、現在は、2年前より青果としてもおいしく人気の高い「紅はるか」のみを選ばれています。この品種は、玉豊とは

市況情報

11月はこれといったイベントも少なくアピールしづらい月です。

しかし、地域により生産者は9月の大雨の影響にて野菜に大きな影響を及ぼしていましたが、その後の作付けをしておいて、茨城県産のきゃべつ、白菜、レタス、大根と大型商品がピークになってきます。寒くなってきた、野菜全体にしまり、味わいが出てくる時期でもあります。

害虫被害、病気等も少なくなる時期ですから、鮮度改善を最優先にし、よい品物を作り販売したいところです。その他の野菜も、県内産商品のアピール時期となりますので、県内フェアの提案などでのりきっていきましょう。秋も深まり寒くなってくるので、店頭販売も、鍋はもちろんサラダ、漬物、煮物と料理や健康のアピールをしていく時期です。

果実は県内産は少ない時期に入りますが、りんご、みかんの時期です。

果物は糖度が命、味の良い物を品揃えしていきましょう。(常務 高橋)



石岡中央青果 今月のオススメ食材

11月：今が旬の商材紹介

干し芋／茨城県産

1842年に白羽町の栗林左蔵が開発して地元では蒸切干しと呼ばれていたそうです。サツマイモは食物繊維が豊富でその中でも干し芋にした場合がもっとも効率よく摂取でき通常の2倍近い量を摂取できるそうです。便秘でお悩みの方はぜひ食べて見て下さい。(大枝)

泥ネギ／茨城県産

ねぎは日本で古くから親しまれてきた野菜です。免疫力を高めるビタミンCや殺菌作用のあるネギオールといった成分を含み、風邪の予防・改善に効果的です。また、香り成分である硫化アリルには、ビタミンB1の吸収を助け、疲労回復、血行促進といった効果や働きがあります。

泥ねぎはむきねぎに比べ保存期間も長く、これから鍋などで重要も増えてきますのできらさないためにも泥ねぎを購入してみてください。(大枝)

キャベツ／茨城県産

11月より千葉県銚子市産キャベツが本格的に始まります。皆さんがよく口にするこのキャベツに生活習慣病やがん予防、老化を防ぐ高い効能を持っていることをご存知でしょうか？

キャベツにはビタミンCが豊富に入っていて大きめの葉2、3枚で1日に必要な量が摂取できます。そのビタミンCは美白効果や疲労回復、風邪の予防にも役立ちます。さらにビタミンUは胃壁を丈夫にし胃かしようや十二指腸かしようの予防にも効果的です。尚、ビタミンUは熱に弱いので効能を高めたい方は生食をおすすめします！！(藤村)



12月の新商材～旬の走り～

根みつば／茨城県産

12月末から正月に重宝される、根ごと出荷される三つ葉です。糸三つ葉や切みつばより茎が太く、シャキっとした食感が楽しめるため、おひたしとして食すには最も向いています。他の三つ葉と同様の独特の爽やかな香りも持っており、とても美味です。(鬼澤)

イチゴ／茨城県産

茨城県は、いちごの生産も盛んです。栽培においてとても大切な環境(寒暖差・日照時間)が絶好に整っておりアップレ印の甘くて美味しいいちごが勢揃いしています！当市場での取り扱い品種は、とちおとめ・紅ほっぺ、そして茨城県オリジナルのいばらキッス等がメインとなります。

女性の皆さん！知っていますか！いちごには日焼けを防ぐ効用が有ることを！メラニン色素が増加するのを抑える働きが有るので、しみ・そばかす・の気になる方は是非おすすめです。

新鮮で美味しいいちご！い～ぱい食べて下さいね。(高田)

小松菜／茨城県産

小松菜は今ではハウスなども含め通年出荷されていますが、本来寒い冬に採れる野菜だったので冬菜、雪菜などとも呼ばれています。寒さに強く一、二度霜が降りた後の方が甘みが増し葉も柔らかくなっておいしくなります。ほうれん草よりアクが少なく用途的には同じように使えるのでメニューにもどんどん取り入れてみてはどうでしょうか。(大枝)



【高田チーム】高田 080-3157-8656／酒井080-9688-3366

【鬼澤チーム】鬼澤 080-3157-8658

【長谷川チーム】長谷川080-3157-8660／渡辺 080-3157-8657／額田 080-3157-8659

【藤村チーム】藤村 080-3311-1985／大枝 080-3157-8664

チーム編成が変わりました

詳しくは市場担当者まで！
お気軽にご連絡ください！！

龍ヶ崎市の老舗醤油蔵 清原醤油を使用した特製ダレに漬け込んでサククリ、
ジュシーに揚げました

＜メニュー＞

- ・からあげのみ、1個単価＝110円
- ・からあげ弁当 普通盛り＝500円
(からあげ4個 ライス中盛り)
- ・いっちゃんのやみつき手羽先 5本＝480円

からあげ専門 寺田商店 石岡店

茨城県小美玉市栗又四ヶ2564-98

TEL: 0299-57-2388

定休日:なし

営業時間:10:30-21:00(売り切れ次第終了)



情報ライブ **ヌカタ屋**

毎度おなじみ？額田が語る豆知識語録

咳やたんには「レンコン湯」がgood

レンコン100gで大人が1日に必要なビタミンC必要量の半分がとれます。

レンコンには消炎作用が有り、レンコン汁を1日2回飲むだけでのどの粘膜に働きかけて咳やたんが楽になります。

レンコン汁を鼻に塗ると鼻づまりの解消に効果的です。

ちなみに熱が高い時にレンコン汁を少量飲むと下熱効果が期待出来ます。



市場の取り組み

ISO9001平成27年度本審査合格。市場としては他に類を見ない実績を、5S、安全安心、教育、等々に積み重ねて来ました。これからも生産者様、お客様、茨城の農産物の為は何をするべきかを常に考え行動して行きます。

陣屋門だより

陣屋門では、株式会社アイ・エフ・シーのレストラン部門として今が旬の野菜・果物の良さを最大限に活かせるメニューを日々考えてお客様にご提供しております。

旬菜ichiba陣屋門では、10月から3種類の鍋メニューをやっています。

去年も人気だった市場から直で仕入れたきのこがたっぷり入った『たっぷりきのこ鍋』、ほっこり身体が温まる味噌バター味で5種類の海鮮が入った『5種類の海鮮鍋』、上質な脂の乗りと柔らかな肉質が特徴の弓豚を使った『弓豚のしゃぶしゃぶ』。気温がだいぶ下がってきて、これから鍋が美味しい季節です。

鍋を囲みながら、熱燗をぐいっと一杯いかがでしょうか。美味しいお酒もご用意しております。

また、忘年会のご予約承っております。

最大24名様まで使用できる小上がり席は掘りごたつ式の座席となっていて落ち着いてお食事ができます。旬の野菜・果物・魚を使ったお料理でおもてなし致します。

旬菜ichiba陣屋門

～旬の野菜・果物を使ったメニューと地酒をご用意しています～

茨城県石岡市石岡3202

TEL：0299-56-4088

宴会大歓迎で24名様まで可能です。

通常のコース料理は3,000円からご用意しております。



『5種類の海鮮鍋』

生産者の皆さまへ

※重要なお知らせ

出荷日から2年を過ぎてしまうと、品代金のお支払が出来なくなってしまいます。お手元の伝票に未清算の物があれば、お早目に窓口までお越しくださいますようお願い致します。

※講習会など

11月28日(土)16:00～『日本の政治について』元内閣府 官房庁 永谷氏(小泉総理、安部官房庁官)時代の内閣府の官僚トップによるご講演です。



過去の講習会の様子

物流事業部からのお知らせ

『石岡の市場まで持っていくのはちょっと大変』
『重いからトラックの積み下ろしが大変』『忙しくて石岡まで行っていない』
そんな悩みを解決します！
ジャガイモ・人参・大根などの重量野菜から、ホウレンソウや水菜など葉物野菜も予冷の効いたトラックで集荷にまいります。お気軽にご相談ください。
(流通管理部 佐藤 080-3623-8231)



発行元：株式会社い印

茨城県石岡市石岡3202番地
TEL: 0299-23-6125(代表)

石岡中央青果株式会社 TEL: 0299-23-6121

株式会社アイエフシー TEL: 0299-24-1601

あづま総合青果株式会社

株式会社ドリームデリバリー