

# い印かわら版

2015.2月号  
(vol.20)

今が旬！

## 産地紹介

### 寒い時期に栄養満点 残さず食べてほしい葉付き大根

今や一年中途切れず産地リレーによって供給されている大根ですが、旬といえば秋～冬です。用途は様々で、新鮮さを活かす調理法では、大根おろしやおでんなどの煮物に、寒風を利用して干せば切干大根やたくあん漬けなど長期保存を可能にしたりと、楽しみ方豊富で、やっぱり旬の時期にいただく大根料理は格別ですね。新年最初の産地紹介では、毎年楽しみにしていられるお客様も多い「葉付き大根」生産者の久保田さん(小美玉市)をご紹介します。久保田さんには、夏の朝採りトウモロコシでもお世話になっていますが、とにかく“美味しい”ものを作りたいというこだわりのもと、品種選びなども味重視、という熱い気持ちをお持ちの生産者さんのお一人です。

本来の露地栽培の大根は、9月に種をまき11～12月に収穫を迎えるので、葉付で収穫ができるのは霜が降りて葉が凍りつく前の時期。それでも葉は固いため調理法が限られてしまいうし、箱が大きくなるので、葉が付いた状態で市場に出回ることが少ないのが現状です。



そこで、冬場に空いているハウスを利用して温度管理をすることで、適度に冬の寒さを与えながらも葉までみずみずしくて柔らかく食べられる大根を育てているのです。時期は1月下旬から2月いっぱいまでという短期間ながら、葉付き大根として出荷をされています。ハウス内は外側に近いところほど外気の影響を受けやすく、中央から大きく育ってくるため、順次生長を見て1本ずつ収穫を。そして葉が傷まないように丁寧に扱います。土を洗い落とす洗浄機へ入れるのも、葉にブラシが当たらないように、最後まで気が抜けません。規格は10kgでL(10本)と2L(8本)に分けています。葉は、根には少ないカロテンやカルシウムなどの栄養価が豊富なので、葉も利用してほしいと久保田さん。そのために味はもとより葉が比較的小さくまとまる品種を選び、特注の段ボールを用意して、葉まできれいな状態で出荷をいただいています。葉は油炒めや汁物などに活用して栄養満点、風邪予防にどうぞ！



## 市況情報

気温の低い日がまだまだ多いが、春を迎える月として季節の先取りをし、お店は春商品を展開します。長い冬のイメージから脱却です。季節としては、菜の花、うど、ふきや新じゃが、葉玉葱などの品揃え。バレンタインを迎える為果物の強調。イチゴの各種品揃えや雑柑類などの充実です。ただし寒い日が続くのでまだ暖かい鍋は欠かせません。又、その他の情報として、2月にJAひたち野、JA常陸小川、JA美野里町の3農協が合併になり「JA新ひたち野」へ、今後はJAの統一、市場統一が進んでいく予定であります。当市場では新たな取り組みとして加工業者やベンダーとの生産者をつなぎ作付け依頼契約野菜の拡大を進めていきます。(常務 高橋)



# 組合紹介 その②

当市場への出荷を積極的に取り組んでおられる組合の皆様をご紹介します。

## 山印出荷組合 組合長 本岡孝氏

主な出荷品目：山菜、葉物

総会にて本年は組合として、集団行動をとれるようにする、との目標を聞かせていただきました。

(担当 青果一部 鬼澤)

## ○キ北浦出荷組合 組合長 金井英雄氏

主な出荷品目：青梗菜、葉物、苺

葉物、イチゴを出荷されている組合さんです。

今年も青梗菜を中心として出荷量を延ばしていけるようにする、とのことでした。

(担当 青果一部 鬼澤)

## もみじ出荷組合 組合長 小泉喜一氏

主な出荷品目：ほうれん草

イチゴ、メロンの後作にほうれん草を作付け、出荷頂いております。

今年の夏も引き続き、高温対策に力を入れていく予定。

(担当 青果一部 鬼澤)



## マルイチ出荷組合 組合長 青葉幸雄氏

主な出荷品目：ほうれん草

新規生産者も加わり益々魅力のある組合になってきました。

周年ほうれん草を出荷して頂いております。

(担当 青果一部 鬼澤)



## 酒沼出荷組合 組合長 半田栄治氏

主な出荷品目：ほうれん草

周年、ほうれん草や小松菜を中心に出荷して頂いております。

今年はお荷量、ペース共に安定して伸ばしていけるよう、作付けして頂きます。

(担当 青果一部 鬼澤)

## ○旭田崎アールスメロン組合 組合長 柳橋正夫氏

アールスメロン他、アンデス、オトメ、レノンレッドの作付けから、小松菜、水菜、ほうれん草、主力に出荷して頂いております。品質の良い物を生産していきますとのことです。

(担当 青果二部 渡辺)

## 稲吉梨出荷組合 組合長 君崎孝男氏

幸水、豊水が主力。甘くて美味しい梨を生産していきますとのことです。

(担当 青果二部 渡辺)



## ○鈴梨出荷組合 組合長 鈴木俊之様

品種は幸水、豊水、新高、秋月。梨の他、干芋を出荷しています。

(担当 青果二部 渡辺)

詳しくは市場担当者まで！  
お気軽にご連絡ください！！

青果1部門 高田 080-3157-8656 / 鬼澤 080-3157-8658

青果2部門 渡辺 080-3157-8657

青果3部門 大関 080-3157-8661 / 大枝 080-3157-8664

あづま総合青果 藤村 080-3311-1985

## ○管出荷組合 組合長 木植信氏

主な出荷品目：ナス（あのみりのり）、イチゴ（紅ほっぺ）、アスパラガス等々ハウス栽培  
当市場ブランド商品ナス（品種：あのみりのり）を初めて取り入れた産地です。

（担当 青果一部 高田）

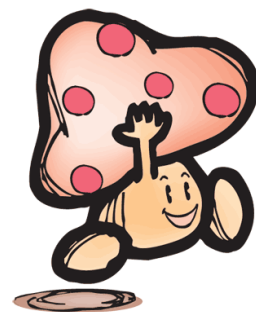
## ○西、○梅出荷組合 組合長 ○西 桜井俊一氏、○梅 長谷川章氏

主な出荷品目：トマト、胡瓜等々、ハウス栽培

どちらも、トマトやキュウリの春作、秋作の産地です。

（担当 青果一部 高田）

# 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

## やっぱりキノコはダイエット食品の雄

食物繊維が腸の働きを活発にし、腹持ちが良いんです！

コレステロールの排出や血糖値の上昇を抑え、メタボ予防に最適なんです！

ビタミンB群が糖質や脂質の代謝に欠かせない働きを担い内臓脂肪を効率よく燃焼させるんです！

グルカン類は免疫機能を強化する働きがあるんです！

低カロリーのキノコを毎日の料理に使い、美味しく内臓脂肪を減らしましょう！

## 市場の取り組み

年の初めの恒例ではありますが、心新たに皆様との顔合わせが出来ることが「いい印」として大変有り難い事と思っております。

各組合様、荷主様、お客様各位、共に会合や訪問を重ね、より広くより深く絆を結べるよう「今年も宜しく御願い致します」

（青果2部門 額田 080-3157-8659）



## アイエフシーより《スタッフ紹介》

IFCでは掲載希望のお店も随時募集中です！お気軽に担当まで！！（菊池 080-3157-8673）

### ～新入社員を紹介します～

IFCの事務員の高橋唯です。

これまでは接客業をしており不慣れではありますが、初心と笑顔を忘れず頑張ります。

宜しくお願いします。



# ～陣屋門だより～

居酒屋 旬菜ichiba陣屋門 TEL:0299-56-4088

今が旬の「いちご（紅ほっぺ）」を使って

## 『紅ほっぺのミルフィーユ』

### 【材料】

紅ほっぺ 6個  
パイ生地 1枚(市販)  
生クリーム 50cc  
キウイシロップ 30cc  
砂糖 50g  
水 80cc

### 【作り方】

1. パイ生地をカットして平らになるように焼く
2. 焼いたら熱いうちに半分にする
3. 生クリームを泡立て、キウイシロップで味をつける
4. 砂糖と水を火にかけてマリネ液を作ってさまし、3個分の苺をカットしてマリネする
5. 苺、生クリーム、パイ生地の順に重ねて、マリネしたいちごをかざり、できあがり



## 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せようお願い致します。

### ※講習会など

今月はありません。

## 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