

陣屋門だより

旬菜ichiba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。

まん延防止期間が終わり、3月22日から通常通り24時まで営業しております。
時短中も沢山の方に支えていただき本当にありがとうございます。
心より感謝申し上げます。

当店では、ただいま旬メニュー豊富にご用意
しております！

お越しの際はぜひ♪

左上:旬のお刺身
左下:旬の木の芽味噌和え
右上:旬の土佐煮
右下:旬の天ぷら



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 (石岡中央青果市場敷地内)

TEL : 0299-56-4088

定休日 : 日曜日

【夜】17:00 ~ CLOSE 24:00



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うです。
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。



※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』そんな悩みにも、ご相談をお受け致します！
お気軽にご相談してください。(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

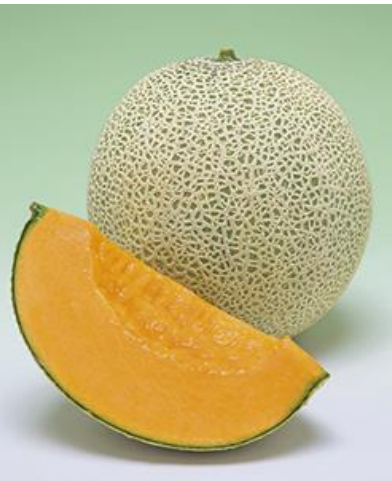
い印かわら版

2022.4月号
(vol.105)

今が旬！

産地紹介

**春メロンに小池さんの早生赤肉
「レノン」が登場します！！**



←レノンハート
タキイ種苗より

4月号の常連生産者さんと言えば、小美玉市のメロン農家の小池さんでしょう！今年も待ちきれずに行っていました～！！

例年早出しのメロンという、県内では青肉のオトメ中心でしたが、今年から小池さんは全量レノンで勝負！赤肉メロンの出荷となります。

特に早い出荷となるハウスを見せていただきましたが、もうしっかりと網目が張られています。このハウスからは4月5日頃の収穫・出荷となる見込みだそうです。その後、順次ハウスごとに(1本が100メートルあります！)苗の定植時期をずらしながら管理していて、収穫をローテーションしていくそうです。

12月中に苗を植えて、寒い中、ハウスには何層もビニールのトンネルをかけ、また日中の日差しにより温められた「湯たんぼ」になる水の入った袋が苗のそばに設置されていて(自然のエネルギーですね)それにより夜間の低温から苗を守り、生長を続けてきました。受粉は節分の頃で、一年で最も寒い時期になります。

特に受粉前後1週間が最も大事なのではと小池さんがおっしゃるほど、その時期に適切な温度管理をしないと、受粉後の形や大きさが決まるといい、この真冬の2月上旬には一番気を遣う時期となり、今のメロンの生長へとつながっています。今年はいくぶん小ぶりではあるが、ほどよい寒暖差により甘みも期待できるし、良い調子とのことでした！

まだ遅霜の影響など寒さが心配な4月を迎えますが、GW頃には、再び元気に成長したつるに2番果の受粉をさせたりと、収穫に管理に受粉にと大忙しの春を迎えています。是非赤肉メロンも皆さん召し上がってください♪



市況情報

4月は新物や春野菜というネーミングで商品をアピールしていく時期です。

その代表として玉ねぎ、じゃがいも、人参の提案が良いと思います。また茨城県産の春レタス、白菜をアピールしていく以外に、キュウリ、トマトといったサラダ野菜、山菜(わらび、こごみ、たらの芽など)、豆類(きぬさや、スナップ、インゲンなど)、そのほかにも山うど、フキも出回る時期なので、春らしさを強調していきましょう！(荒川)



石岡中央青果 今月のオススメ食材

4月：今が旬の商材紹介

レタス／茨城県産

冬の寒さも落ち着き、暖かくなってきた中、春レタスの出荷ピークを迎えます。今年は雪も降り、出荷に影響があったと思いましたが、順調に生育し、例年より2週間くらい早い出荷のようです。サラダには欠かせないアイテムです。ぜひ一度手に取って食べてみてください。(大枝)

春トマト／茨城県産

トマトは日照時間が長いほど、実がしまり美味しさが増します。3月から4月にかけて徐々に日照時間が長くなっていくので、春トマトにとっては、これからまさに「食べどき」となるのです。この旬の時期に食べてみてはいかがでしょうか？(酒井)

カブ／茨城県産

カブはアブラナ的一种で、チンゲン菜や白菜キャベツなどの仲間のあたり、日本で古くから親まれてきた野菜です。主な有効成分として根の部分はアミラーゼを含んでおり、整腸効果があり、葉の部分にはβカロテンが多く、抗発ガン作用や免疫賦活作用があります。かぶは根の部分より葉の部分の方が多く栄養を含んでおります。(大枝)



5月の新商材～旬の走り～

大根／茨城県産

原産地は地中海近辺や中東で紀元前古代エジプトで栽培記録があるほど古くからある大根。品種は青首大根で、水分が多く柔らかくしかも煮崩れしにくく、おろしても辛味が少なく他と比べて際だった甘味が特長です。今が美味しい春大根をぜひご賞味下さい。(鬼澤)

ナス／茨城県産

当市場では、茨城県内産の長卵型ナス「あのみりのリナス」と卵型ナス「式部ナス」を中心に取り扱いしています。調理については、煮て・焼いて・漬けて・和洋中なんでも御座れ！フルコースの食材ですね。

ナスの旬は7～9月ですが、ハウス栽培物をひと足お先に美味しく頂きましょう。私のお奨めメニューは「焼きナスの鰹節和え」トロツととろける食感はマサに絶品です。お酒のお供にナンバーワン！(酒井)



はぐら瓜／茨城県産

おもに茨城県と千葉県で作られているご当地商材の一つです。食べ方は浅漬けがベストです。パリッとした歯ごたえで、思わず箸が進みます。酒のおつまみにも最高ですよ！えっ、浅漬けの作り方・・・？じゃあ～ネットでピピピッと簡単レシピ見ちゃいませうかね(^_^)(高田)



簡単！はぐらうりの浅漬け

by 。。めくたろー。
はぐらうり、塩、砂糖、塩昆布(減塩タイプ)

簡単ですぐ作れる、はぐらうりの浅漬けです。作ったらすぐ食べられますよー♪(^^)



はぐらうりの簡単ナムル

by 飲兵衛さんの台所

はぐらうり、塩、ごま油、すりごま

詳しくは市場担当者まで！
お気軽にご連絡ください！！

高田 080-3157-8656／長谷川 080-3157-8660／酒井 080-9688-3366

鬼澤 080-3157-8658／中村 090-6489-9713／友部 090-9133-3367

大枝 080-3157-8664／荒川 080-3311-1985／萩原 090-5581-1647

新作スイーツ☆誕生

テイクアウトで大好評いただいた生ちーシリーズの第4弾！
たくさんの方の復活の希望のお声を本当にありがとうございます。
この度、待望の新作の登場です！



●PREMIUMホワイト生ちー 直径10CM 1500円(税込み)

真っ白な見た目のチーズケーキ。

北海道産十勝産のリッチな生クリームとチーズの味おいは濃厚でコク深く、一口食べたら笑顔が溢れます。

なめらかな口どけのチーズの層に香ばしく焼き上げたビスケットも加わり様々な食感をお楽しみいただけます。

冬から春への訪れを感じるサクラシロップ付きで見た目も香りも華やかに。



販売期間は5/8(日)までです。

賞味期限は購入日より3日間。(要冷蔵)

可愛らしい見た目とサイズ感はギフトにもぴったり！

もちろん自分へのご褒美にも。ブライダルパーティエの作る極上スイーツ。ぜひ一度ご賞味ください。

前日の17時までにお電話でご予約をお願い致します。



ルシェルアンジュ水戸 ウエディングシャトー

茨城県水戸市笠原町978-50 TEL: 029-303-5161

お渡し時間は 平日 12時～19時30分 / 土日祝 9時～19時30分

い印旬菜レシピ ～タケノコ・トマト・あさりの炊き込みご飯～

第6回のテーマは4月商材の**トマト**です♪うまみ成分グルタミン酸が豊富なトマトと一緒に炊き込んで、うまみの相乗効果をお楽しみください！

【材料】4人分

米2合、あさり200g、水1カップ、酒大さじ1、たけのこ水煮150g
大玉トマト1個(150g)、みりん大さじ1、薄口醤油大さじ1,1/2、塩適宜

【作り方】

- ①鍋に砂抜きしたあさり、水、酒を入れて火にかけ、あさりの貝が開いたら火を止め、煮汁と貝とを分ける。貝がらを外して身だけにしておく。
- ②タケノコは5mmくらいに食べやすく切り、トマトはヘタを取って十文字に切れ目を入れておく
- ③炊飯器に米と煮汁を入れて、みりん、薄口醤油を加える。トマトを中心部に沈めて、水を目盛の少し下まで注いで調整する
- ④塩で味を調えたら、たけのこを乗せて通常通り炊飯する。炊きあがったら、あさりの身を加えて少し蒸らしてから、トマトをつぶしながら混ぜて器によそう。

