



特産品コラム

『秦野の落花生』



落花生は、原産地は南米（ブラジル・ペルー）で、日本へは江戸時代に中国から渡来しました。栽培が一般に広まったのは明治の初めで、横浜の中国人から落花生を手に入れた大磯町の農家が栽培を始め、その数年後には全国に広がっていきました。現在では、落花生の主産地として千葉県が有名ですが、日本の落花生栽培は神奈川県が発祥の地といえます。

県内では湘南・県央地域で多く栽培されていて、特に秦野市は県産の約半分を生産しており、市の特産品にもなっています。



一面の落花生。約120kg！

秦野市で古くから落花生を栽培している山口さんにお話を伺いました。ゆで豆に適した早生種の「郷の香（さとのか）」と、炒り豆に適した「改良半立（かいりょうはんだち）」を、栽培しているそうです。5～6月上旬に種まきをした落花生は、8月下旬～10月前半にかけて収穫し、乾燥・脱殻をします。自家製の腐葉土を使って育てた良質な落花生は、食用として出回るほか約半分は次の年に栽培する種子として県内の落花生栽培農家で広く活用されているそうです。



山口さんご夫妻。今年の豆は出来が良いそうですよ。



ゆで落花生

訪問した日はあいにくの悪天候で畑は見られなかったのですが、ビニールハウスで乾燥中の落花生を見せていただき、ゆで落花生を試食させていただきました。莢も中の実も大きくて立派。ふっくらとした食感にほんのりとした塩味がとてもおいしかったです。秦野市の落花生は、「相州落花生」や「うでピー（冷凍ゆで落花生）」としてかながわブランドに登録され、人気商品となっています。

《鶏肉のピーナツからめ》

材料 分量は1人分 分量(g)
 鶏もも肉(角切り) 70
 塩……………0.2
 こしょう……………0.03
 でん粉……………7
 揚げ油……………3.5
 粗挽ピーナツ……………5
 砂糖……………4
 しょうゆ……………3
 水分……………1

作り方

- ①鶏もも肉は塩・こしょうを振る。
- ②1にでん粉を付けて揚げる。
- ③Aを煮てからめる。
- ④2と3を混ぜ合わせる。

藤沢市基準献立より



《小松菜のピーナツ和え》

材料 分量は1人分 分量(g)
 小松菜(ざく切り) 40
 もやし……………50
 人参(千切り)……………10
 砂糖……………3
 ごま油……………3
 粗挽ピーナツ……………5

作り方

- ①小松菜、もやし、人参を茹でる。
- ②砂糖・ごま油・ピーナツを合わせる。
- ③1と2を和える

神奈川県立相模原養護学校



かながわ産品・地産地消アンテナショップサイト「かなさんの畑」お勧めレシピとフルーツ狩りのページがリニューアルされました。



お勧めレシピでは、従来のレシピに加えて、県産の旬野菜にスポットを当てた手軽で美味しい料理のほか、神奈川県の郷土料理やその料理にまつわる話などを紹介しています。

かながわでフルーツ狩りでは、フルーツ狩りや農業体験ができる県内の観光農園のリストを掲載しています。

かながわブランド振興協議会

<http://kanasan-no-hatake.jp/>

発行・編集

財団法人 神奈川県学校給食会 ヘルプデスク
 〒242-0021 神奈川県大和市中央3-5-4
 TEL: 046-264-2056 FAX: 046-263-7522
 E-mail: helpdesk@kanakyu.or.jp
<http://www.kanagawa-kyushoku-helpdesk.jp/>

編集後記

これからの季節は、小松菜やほうれん草をはじめ、冬野菜が旬を迎えます。また、みかんやキウイフルーツ、いちごなど県産の野菜や果物が多く出回ります。なかでも、12～1月にかけては大根がとておいしくなりますので、給食週間などに取り入れてみてはいかがでしょうか。

2009年10月30日発行

季節のおすすめ かながわ産品

第5号



トピック 「横須賀市内産じゃがいも」で学校給食の統一献立実施

横須賀市教育委員会では、市経済部農林水産課との連携により、よこすか葉山農業協同組合、地方卸売市場横須賀青果物(株)などの協力のもと、6月の食育月間に市内津久井地区の農家で栽培されたじゃがいも(約3トン)を使用しました。

6月22日から26日において、市内5ブロックでじゃがいもを使用した献立は、2種類あり「ビーフカレー・牛乳・キャベツのサラダ・福神漬け」と「トマトとツナのスパゲッティ・牛乳・スパイシーポテト・ヨーグルト」でした。

また、食育の観点からじゃがいもの発育の様子などの写真を3月の作付けから数週間おきに各学校に提供しました。学校では、廊下や掲示板などに写真や説明文を掲示し、また、保護者にも今回の統一献立を周知するちらしを配布しました。

6月15日には、津久井小学校の6年生が、じゃがいも掘りを体験しました。土の中から大きなじゃがいもを掘り当てて歓声をあげたり、掘り残しがいないかと念入りに探すなど、生き生きとした子どもたちの姿が見られました。

6月22日には、城北小学校に行って給食を見学しました。当日の献立は、「ビーフカレー」でおかわりする子どもがたくさんいて、食缶は空になりました。

横須賀市教育委員会としては、来年度以降もじゃがいもをはじめ、他の野菜類も使えるよう定例化に向け取り組んでいきたいと話していました。



▲みんなで芋掘り



▲みんなの大好きなカレー



▲丁寧に盛り付けます

～目次～

| | |
|--|-----|
| トピック「横須賀市内産じゃがいも」で学校給食の統一献立実施 | 1 P |
| 献立作成のための県産野菜勉強会が開催されました ～三浦のとうがん・湘南のなす 農家のレシピ～ | 2 P |
| 県産の桑茶ができるまで／秋～冬のかながわ産品 | 3 P |
| 特産品コラム『秦野の落花生』／編集後記 | 4 P |

献立作成のための県産野菜勉強会 **調理実習** (三浦のとうがん・湘南のなす 農家のレシピ) が開催されました。

2月に開催して好評をいただいた「県産野菜勉強会」。神奈川県青果市場連絡会と共催で、第2弾が実施されました。今回は、人気上昇中の「とうがん」と、ポピュラーな夏野菜「なす」を取り上げ、県内18市町、県立、国立、私立の栄養士さん30人が参加しました。

とうがん料理の講師には、三浦市のとうがん生産者グループ「三浦とうがん会」から芹沢小夜子さんと山森菊代さん、なす料理の講師には、寒川の農家で、新野菜のPRや子どもたちにおふくろの味を伝えたいという気持ちから、地場野菜料理グループで活動されている柴田雅子さんをお招きし、ちょっとした工夫でおいしい食べ方や、意外性のあるレシピなど、7品を教えていただきました。



土作りの工夫、新しい野菜を取り入れる際の苦労といった、農家ならではの生産に関するお話を聞いたり、かけつけてくれた青果市場の方々からも、野菜の出回り時期などいろいろなお話を聞くことができました。

単なる料理の材料というだけではなく、手間をかけた大切に野菜を作っている生産者のこと、美味しく確実に消費者へ届けるため努力している流通の方々のことなど、知れば知るほど、食材を大切にしようという気持ちが湧いてきます。給食を食べる子どもたちにも、機会を捉えて伝えていけたらと思いました。

とうがん料理講師
芹沢さん(左)
山森さん(右)



なす料理講師
柴田さん



熱心にメモをとる出席者の皆さん

<アンケート結果から>

| | おいしかったですか | | | | | 以前に食べたことは? | | 給食に応用する可能性は? | |
|--------------------|-----------|----|---|---|---|------------|-----|--------------|----|
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | ある | 初めて | ある | ない |
| ①「とうがんのおでん」 | 13 | 12 | 2 | 1 | 0 | 5 | 22 | 23 | 4 |
| ②「とうがんの豚汁」 | 24 | 3 | 1 | 0 | 0 | 11 | 17 | 28 | 0 |
| *③「とうがんのコンポート」 | 19 | 4 | 5 | 0 | 0 | 1 | 27 | 1 | 27 |
| ④「なす入りおからコロッケ」 | 16 | 8 | 3 | 1 | 0 | 0 | 28 | 7 | 20 |
| ⑤「なすの南蛮漬け」 | 19 | 9 | 0 | 0 | 0 | 17 | 11 | 17 | 11 |
| *⑥「なすのくずあんかけ」 | 5 | 12 | 9 | 2 | 0 | 0 | 28 | 2 | 26 |
| *⑦「サラダ紫(なす)のちらし寿司」 | 16 | 10 | 2 | 0 | 0 | 2 | 26 | 6 | 22 |

給食に応用する可能性についても、様々なご意見をいただきました!

例えば「なす入りおからコロッケ」については・・・

大量だとすぐには難しいと思うので、分量や手順を見直して取り入れてみたい。

おから入りは大変なので、ハンバーグに豆腐を入れてナスをプラスして作ってみたい。

等々...

*印は冷やして提供するもの、又は生で調理するものなので、参考レシピとしてご紹介しました。

<人気の高かったレシピ> ※他のレシピについても、HP「かながわ育ちのおいしい給食」でご紹介しています。

とうがんの豚汁

材料 (6人分) とうがん(皮をむき、種をとる) 400g 人参 40g
豚バラ肉 100g 味噌 60g こんにゃく 1/2枚
ごぼう 60g しいたけ(《乾》水戻ししておく) 4枚

作り方 ① とうがん、豚バラ肉を一口大に切る。
② ごぼうはささがき、人参はイチヨウ切り、こんにゃくは拍子木切り、しいたけは薄切りにする。
③ 水 600cc と①、②をすべて鍋に入れ、加熱する。
とうがんが柔らかくなったら、味噌を入れ、一煮立ちさせて、味をなじませる。

ナスの南蛮漬け

材料 (6人分) ナス 4個 タマネギ 小1個
A { 醤油 1/2カップ, 酢 1/2カップ, }
{ みりん 1カップ, 唐辛子 1本, }
揚げ油適量

作り方 ① タマネギを薄切りにする。
② Aを煮立たせておく。
③ ナスをたてに4つに切る。
④ ナスを油で揚げる。
⑤ ②の中にナスとタマネギをつけて、味をなじませる。

県産の桑茶ができるまで

「桑の葉」と聞くと、多くの方は「蚕のエサ」を連想するのではないのでしょうか。そんな桑の葉が、現在はミネラル豊富な健康食品として注目を浴びています。

幕末から昭和初期にかけて、日本では養蚕業が全盛期を迎えていました。神奈川県でも、相模原市から伊勢原市にかけての内陸部では、多くの農家が養蚕を行っていたそうです。時代は変わり、現在では県内の養蚕農家はかなり少なくなり、それとともに桑を栽培する農家も減ってしまいました。

厚木市の農家、霜島さんもかつては養蚕を営んでいましたが、現在は「桑茶」の原料として桑を栽培しています。近隣の畑や果樹園からの農薬飛散を避けるために桑畑の場所にも注意を払い、おいしく安全な桑茶にするために気を使っているそうです。

畑を訪れた8月初旬はちょうど収穫を始める時期でした。手を大きく広げたように青々と茂った桑の葉は、枝先から約1.5mを一枝ずつ刈り取り、9月初旬までの1ヶ月間ほぼ毎朝500kgを収穫し、出荷します。



桑畑を案内してくれた
霜島さん

大きな桑の葉



揉みが終わると乾燥機に入れます



出来たての荒茶



桑茶パウダー

J A 全農かながわ秦野総合工場で集荷した桑の葉は、その日のうちに脱葉（茎から葉を取る）、裁断、蒸し、冷却、揉み、乾燥などの工程を経て荒茶まで加工されます。出来上がった荒茶は、静岡県製の製茶工場で煎茶や焙煎茶、パウダーなどに加工され、ふたたび秦野市の工場へ戻ってきます。

煎茶とパウダーはこの7月から、県学校給食会の登録物資としても取り扱われることになりました。桑の葉茶（煎茶）はふりかけ、桑の葉パウダーはパンや揚げ衣・デザートなどに利用できます。緑茶とは一味違った、香ばしくさっぱりとした風味を給食でも味わってみませんか。

秋～冬の かながわ産品

紹介した食材の入手方法につきましては、ヘルプデスクや各校納入業者様、市場等にご相談ください。

だいこん



生産の主流は青首大根ですが、大型の三浦大根やミニ大根、カラフルな大根などもあり、味や食べ方もバラエティに富んでいます。平成19年の生産量は全国4位で県内全域で栽培されています。特に、一大産地として三浦半島は有名です。

こまつな



県では、新鮮な野菜として周年生産しています。生育が早く、害虫を寄せ付けないネットによる被覆栽培を行っているため、栽培時期によっては、ほとんど農薬を使わない栽培をしています。平成19年の生産量は全国3位でした。主な産地は、横浜市、平塚市、茅ヶ崎市です。

ほうれんそう



大消費地という立地条件を背景に、秋から春を中心にほぼ周年栽培しています。堆肥、有機質肥料を使用した土づくりにより、葉の色が濃く、みずみずしく、張りのある肉厚の品質の良いものが生産されています。主な産地は、横浜市、藤沢市、茅ヶ崎市です。

ブロッコリー



原産地は地中海東部地域ですが、栄養価が高いことや食生活の変化などにより昭和50年代に急速に栽培が広がりました。主な産地は横浜市、藤沢市、川崎市です。

はくさい



原産地は中国北部で、漬物や鍋物など日本の食卓ではおなじみの野菜で、秋から冬に旬をおかえます。日本へは明治初期に入ってきましたが、栽培が全国に広まったのは明治後半からで、意外にも歴史の浅い野菜です。横浜市、相模原市で多く栽培されています。

ながねぎ



原産地は中国西部と言われ、日本では奈良時代から栽培が始まり、日本最古の歴史書「日本書紀」にも登場しています。関東では土をかぶせて白い部分を長くした「根長ねぎ（長ねぎ）」が多く栽培されています。主な産地は平塚市、横浜市、茅ヶ崎市です。

さといも



原産地はインド東部からマレー半島にかけての地域で、日本へは縄文中期頃に渡来し一説では稲作以前の主食といわれています。栽培には水が欠かせないので、水田跡地などを利用して、品質が良く市場で高い評価を受けているいもが生産されています。主な産地は平塚市、横浜市、相模原市です。

みかん



神奈川県は、みかんの産地としては北限に近く、甘みと酸味のバランスがよく、昔懐かしい味の濃いみかんが作られています。品種は「大津4号」「青島みかん」が中心です。西湘・足柄・湘南地域で多く栽培されています。

いちご



「とちおとめ」「さちのか」「章姫（あきひめ）」を中心に県内全域で栽培されています。そのまま食べるものなので、農薬使用方法など栽培に気を遣っています。