out20210018_11月粒だより表面A2.pdf 1 2021/10/18 16:33:54

粒だより

2021年11月
59粒目

粒だより11月号もくじ

表紙面 □社長忙中閑記 □畑だより…里芋の収穫
□良いとこだらぁ～静岡…柿田川湧水公園
内面 □ハートトゥハート…東京都Ｓ様【「人生の転機」と「生きる努力」】
□○○に突撃…りんごの生産地、青森県【有限会社成田りんご農園】へ突撃
表紙裏面 □かなこさんのレシピ…人参かすのトロトロ里芋煮
□ほりえのぬりえ…ぬりえ募集のおしらせ □編集後記

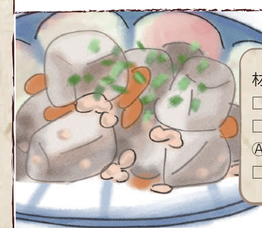
社長 忙中閑記

雑草食

まだ暑い夏のころ、弊社の実験農場の人参畑が雑草でえらいことになっている！ので、私も除草作業に行ってきました。人参畑は芽が出て赤ちゃんからやっと子供・幼児くらいの人参の周りに雑草がびっしり…。この雑草の勢いに負けると人参はもうダメなんですね。さっそく、雑草の除草作業開始。何種類かの雑草の中でも圧倒的迫力と強さを持っているのが「スベリヒユ」土の表面にはびこるようにびっしり。人参に網の目状に覆いかぶさり、動けなくするような勢いで生えているのをふちふちと引きちぎるのですが、いわゆる「キモ…」どう見たってツヤツヤとして、何者にも負けそうもない生命力を目の当たりにし、一緒に除草していた弊社の農場協力隊の倉永さんに「この草はすごいねぇ、やっかいだねぇ」とボヤくと、いかにもという顔でうなずきながら、赤いスベリヒユの名前を教えてくれました。「食べられるそうですよ」と倉永さん。「食べる？これを？」想像すると「つるむらさきみたいな味がねぇ」帰ってネットで検索してみると【キングオブ雑草・最高の味わい・ローカロリー・オメガ3含有量高いビタミンC、ビタミンB群保有量多い・ビタミンA摂取最適生食・スムージー・スープ・炒めてもよし…】出るわ出るわ…。スベリヒユは一部ではオメガ3脂肪酸だの、カルシウムだのが入っているスーパーフードとして話題になっているそうで、地域によっては昔から食べられているらしい。茹でて、からし醤油で食べると食味はモロヘイヤに近くて、叩いて納豆と混ぜるといいそうで、やっぱり！（何のやっぱり？！）人参と共生はできないけど食べるのはいいかも…。いずれ、野菜として日常的に食べるようになるかもしれませんね。雑草なんて言えなくなる日も近いかも？（笑）

かなこさんのかんたんレシピ

人参かすのトロトロ里芋煮



材料（４人分）
□里芋 …500ｇ
□鶏ひき肉…200ｇ
Ⓐ白だしつゆ・・・大さじ５
□片栗粉 …大さじ１
□人参カス…１本分
Ⓐ水 …カップ1/2
Ⓐみりん…大さじ１
□ねぎ …少々

①里芋は皮をむいて、水から４分程下茹でする。軽く火が通ったら水でもみ洗いして、ぬめりを取る。

②鍋にⒶを入れ、煮立ったら里芋と鶏ひき肉を入れ15分程煮る。煮上がる１分程前に人参かすを入れる。

・水
・白だしつゆ
・みりん

③火を止め、水でといた片栗粉を入れてとろみをつける。

④お皿に里芋を盛り、ねぎをちらす。

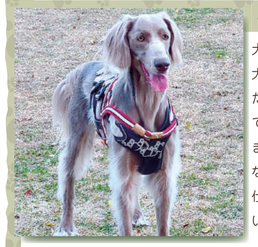
里芋はぬめりを取ると味がしみやすくなります。煮物の美味しい季節になりました♪人参のあざやかさと、とろみでとても食べやすいと思います。 かなこ

ピカイチ -ペットひろば-

新企画「ピカイチペットひろば」では、皆様のペットのほっこりエピソードや、おもしろエピソードなど、皆様よりお寄せいただいたペットとの思い出を、写真と共にご紹介するコーナーです。
ご参加いただける方は、ピカイチ野菜くん公式LINEへ頭に「ペットひろば係」と記入いただきメッセージと写真をお送りください。
皆様と皆様のペットのご参加お待ちしております♪

ピカイチ野菜くん公式LINEの登録はコチラ→ @653cxryl

今回もスタッフのペットを紹介します！



犬種はワイマラナー、名前はダンと言います。
大型犬なのに小型犬に一喝されてシュンってなっていたり、雷の音に飛び起きて私の後ろに隠れるようなとってもピピリな子です。
また、引っ付いているのが大好きで、隣にいないと不安なのか、よくピーピー鼻鳴きしています。
仕事から帰ってくると、ちぎれんばかりに尻尾をふっていつも出迎えてくれてる可愛い子です。

（ピカイチ野菜くんスタッフ：カトゥー）

良いとこだらぁ～！ 静岡 清水町 柿田川湧水公園

新企画の「良いとこだらぁ～静岡」は感染症の収束が見えず、なかなか外に行くことが出来ない方へ、ピカイチ野菜くんのスタッフが地元のいいところを紹介し、おうちで旅気分を味わっていただけたら…そんな思いを込めました。「だらぁ～」は静岡県の方言、「でしょ」の意味です。

今回の担当はゆきちです！
緊急事態宣言解除後に訪問したものです。

柿田川とは、国の指定天然記念物に認定されている、日本で最も短い一級河川です。この川は、富士山周辺に降った雨や雪が地面に染み込み、時間をかけて地下水となって湧き出ているものです。国土交通省の分析によると、富士山に降った雪や雨は26～28年の年月をかけてこの柿田川で湧き出ているそうです。私がちょうど27歳なので、私のゆきという名前の由来の、生まれた日に降っていた雪が今出てきているのかなと思うと神秘的ですね。
柿田川湧水公園内にある第二展望台では、柿田川の湧水がポコポコと湧き出す様子を見ることができます。→

この湧水は、昔紡績工場が井戸として利用していたそうです。水がとても透き通っているので、ポコポコと水が湧き出ているところが遠くからでも良く見えます。
公園内では、柿田川の湧水で淹れた湧水コーヒーや、柿田川のお水で作ったお豆腐や湯葉を楽しめるお店もあります。
国の指定天然記念物を食べたり飲んだりできるのは貴重ですね！ （ゆきち）

アクセス 三島駅よりバスが出ています。<三島駅南口４番バスのりば>サントムーン経由沼津行きに乗車→柿田川湧水公園前で下車、徒歩１分

畑だより

ピカイチ野菜くん
農産担当
コータローです

１０月中旬の畑だよりですが、いよいよ里芋の収穫が始まります。
ピカイチ野菜くんで育てている里芋は「石川早生」（いしかわわせ）です。
早生種なので収穫は早めになります。

今年の里芋を試しに掘ってみます。
今年は特によく出来ています。
塩茹でにしてみましたが、
えぐみもなくねっとりとした
美味しい里芋が今年も
出来上がりました！！

今年も販売開始しておりますので
ぜひご賞味ください。

また、今年初めて栽培をスタートしたのは「大根」です。
耐病総太り（たいびょうそうぶとり）というすごい名前の大根です（笑）
この大根は大きく育つのが特徴です。
大根の種は吸水率が高く水をちょっとでも含ませると芽が出てきます。
発芽率も高く播種した３日後にはかわいい芽が出てきます。
今日は本葉が８枚ほど出てきたので間引きをしました。
間引いた大根は大根葉として食べることができます。早速とれたての大根をかじってみましたが、あまりの辛さに驚きました！！
まるでわさびのようです！！

今年はこの大根を育てて新しいジュースを考えてみたいと思います。
どうぞお楽しみに♪

今月号は、ちょうど１年ぶり！「ほりえのぬりえ」を実施します。
右のイラストに色を塗って、個性豊かな作品にしてください♪
ご応募いただいた方には、プレゼントもご用意しております。
たくさんのご応募お待ちしております。

入賞した方には！ 5色彩お試しセット100ml×10パックプレゼント！

今月のぬりえを送っていただいた方の中で入賞された方に「５色彩お試しセット100ml×10パック」を差し上げます。
さらにご応募頂いた皆様にチャック付きベジフレッシュを2枚プレゼント！

冷凍「５色彩お試しセット100ml×10パック」の紹介

全５種類の味が入った大人気のセット！

100ml×10パック【セット内容】

にんじん１００％ジュース	×2パック
にんじんりんごレモンジュース	×2パック
葉っぱ付きまるごとにんじんジュース	×2パック
にんじんレモンジュース	×2パック
アップルピーツジュース	×2パック

※プレゼント商品内容は予告なく変わる場合がございます

応募方法 お好きな色でぬった右絵を点線にそって切り取り封筒に入れて下記あて先にご応募ください。
あて先 〒419－0123 静岡県田方郡函南町間宮 897-1 株式会社一粒万倍「ほりえのぬりえ」係
応募締切 2021年12月31日(金)当日消印有効
※いただいた作品は２月号粒だよりに掲載させていただきます。

編集後記

11月となり、気温もだいぶ下がってまいりました。レシピも冬らしいあんかけの人参ファイバーレシピでご提案です。この時期になりますと、冬シーズン到来で日本らしい冬場の食べ物が出てまいります。人参も旬は冬場で寒い地方であま～くなります。もともとはアフガニスタンが原産のようで、そこからいろいろと派生していったようです。さて、今回の粒だよりも、目白押し！お客様へ情報をしっかりとお伝えできるよう、一粒万倍編集部気合を入れて頑張ります。今期もよろしくお願いします。

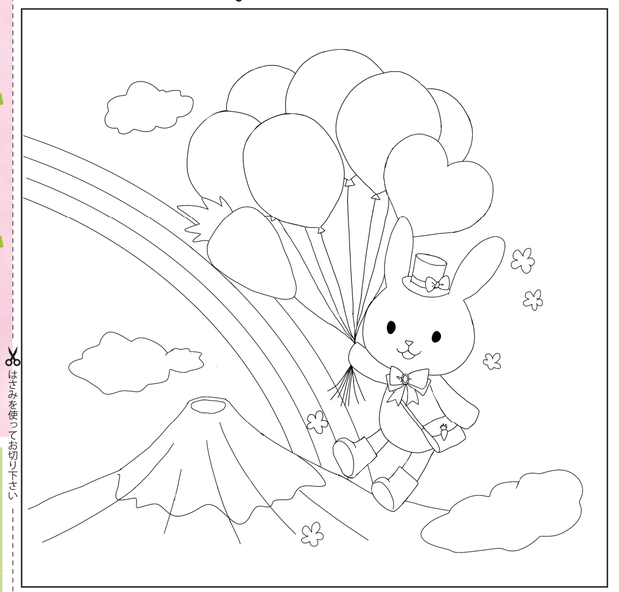
國末健太

ピカイチ野菜くん®
株式会社一粒万倍
〒419-0123 静岡県田方郡函南町間宮 897-1
TEL:0120-09-1831 営業時間 平日 9:30 -18:00（土日祝日は休業です）
FAX:055-977-7833 MAIL: info@pika831.com

11月号特別企画！ ＼チャレンジしましょう／ ほりえのぬりえ

ぬりえをお好きな色でぬってください。

はさみを使ってお切りください



はさみを使ってお切りください

ペンネーム（あれば）なければイニシャルで掲載します

ご住所

氏名 電話番号