



カフェ・アイナ 島村

菜ばな の クリームパスタ

- ① パスタをゆでる
塩は少なめに
- ② ホワイトソースを炒めて、クリームを準備する
(牛乳でといて、塩・コショウ)
- ③ パスタがもろいかな、というあたりで、菜ばなも、いっしょにゆでて、(ほぐして、いれちゃって) サUCEにあげます
- ④ ホタテマックス、とともに ホワイトソースで、ゆでる。

旬の野菜を取り上げる、それやさんの連載です↓

野菜よもやま話

最近生産者の技術も少しずつ向上したせいか宅配野菜の春の端境期をなんとかしのげるようになってきましたが、以前は野菜が無くなりお休みしたこともありました。その休み明けを告げる野菜がさやえんどうでした。11月に種を播いて半年近く畑に居ながら収穫期間は約1ヶ月間。穫れ始めると怒涛の如く穫れるのですが、あっという間に終わってしまうまさに旬という言葉がふさわしい野菜です。原産地は中央アジアから中近東あたりでギリシャ時代から作られていたという古い野菜らしいです。もともと乾燥させた実を豆として食べていて、日本に入って来たのは奈良時代。サヤエンドウとして食べるようになったのは江戸時代から。キヌサヤといわれるいわゆるサヤエンドウの他にサヤと豆と一緒に食べる1970年代にアメリカから導入されたスナックエンドウも最近はお馴染みになってきました。この時期一度は食べたい豆ご飯にはグリーンピース。サヤエンドウには比較的熱にも強いビタミンCが多く含まれ、豆にはビタミンB1やたんぱく質も含まれます。お店ではお上品に売られていることも多いのですが、農の会の宅配では沢山穫れると沢山届きます。この時期だけの野菜なので思う存分味わってください。

とらや 作業尚子

我が家の次男坊が、新聞折込チラシで立体的に怪獣や恐竜を作って遊んでいます。3~5歳の時の作品の一部を松田町「子どもの館」で展示しています。1つとして同じ物はない玩具。自分で作り上げる遊びの一つの例として子育て中の方は是非見て下さい。タウンニュース足柄版2/13号「5歳児が作る独創的な怪獣」で検索出来ます。

5/5子どもの日に「チラシで遊ぼう!」と称して本人が即興で怪獣を作る予定です。一緒にいかがですか?

自分だけ繋がりでお知らせ

我が家のお気に入りアフリカの万能クリーム「シアバタークリーム作り」です。シアの実を集め精製するのは女性だけに許された仕事。サバンナの地のお母さん達はその実を食用、ベビーマッサージ、家族の手当て等様々な用途に使っています。我が家では転んですりむいた子供の膝に、遠い国のお母さん達に思いをはせながら、このクリームを塗っています。

家族を守るお母さんの気持ちは世界共通です。マタニティさんも赤ちゃんも大人も皆で使えるクリームを作ってみませんか?

boldred-k@docomo.me.jp 山北田んぼ 岸正子

【定例会のお知らせ】

●2010年 4月 定例会
場所：笹村出さん宅
日時：4月10日 土曜日 午後6時半から
今回は笹村展示室のお披露目も兼ねて、笹村さん宅での開催です。定例会は、どなたでも参加できます。皆様どうぞ、お越し下さい。
議題は…

1. 機械整備及の報告及び種初まきについて
2. お茶摘みの予定について
3. 小田原まちなか市場出店について
4. 醤油の会報告
5. 良い堆肥作りプロジェクト2010勉強会から
6. その他

【編集後記】

●毎月発行している通信ですが、担当の負担が大きい事などから3月28日機械整備の日に担当交代を希望し、通信について話し合いを持って頂きました。その結果、担当の負担軽減だけでなく、農の会の様々な面白い活動を、タイムリーに拾えることを目的として通信員を設けることに決めました。
●当面は、新たに結成された通信員の協力を得ながら発行を継続していきます。内容は、生産に関わる者(農)の記事が中心で、そこに、NPOの様々な活動が付随して掲載されるというイメージで構成していきます。また、夏に迎える100号では、「農の会の歴史」なども特集でお届けしてみようかと考えています。●通信を支えて下さる意思のある方、通信員MLにご登録下さる方は表紙記載のアドレスまでご連絡下さい。(じゅ)

【通信が書いてあるお店】

菜こんたん/ボタジェラ/カフェラッサム/IN NATURAL/バックシユウ
ーベ IMAYA/ 季去来亭/アイラナ/えれんな ごっそ ショップ

あしがら農の会

通信 4月号

第96号 2010年4月6日発行

編集・発行 NPO法人 あしがら農の会

ホームページ <http://nounokai.com/>

代表 中村 隆一 090-4820-2753(携帯)

編集 鈴木 淳子 0465-72-5243(TEL/FAX)

E-mail : yamanohatake@ac.auone-net.jp

リレーでお届けする 田んぼの紹介①

やまちゃん田んぼ (旧:長塚田んぼ) 山室光由

去年の4月から小田原に住むようになり、インターネットから農の会の存在を知って、笹村さんに直接にメールを送り、永塚の田んぼを紹介してもらいました。

永塚田んぼ団に6月から参加し、色々な事を教わりました。実家も農家でしたが、田植えは、忙しくて重労働なものだと思っていた。それは1人か2人でやるから重労働になるわけで、皆でやれば楽しくやっていく事が出来るのだと気付かされました。

メンバーの方たちも個性的な人たちが多く、作業していても飽きる事はありませんでした。

こんなにも農作業を楽しんでいる方々を見た事がなかったのも、とても新鮮でした。

今年から名前はやまちゃん田んぼに変わりましたが、基本的考え方は、以前の永塚田んぼ団と変わっていないので、良いところは全て引き継ぎようと思っています。

今年の出だしが遅れメンバーが集まるのかどうか不安でしたが、永塚田んぼ団の団員の方達の心強い後押しもあり、現在も少しずつですが、この田んぼの輪が広がってきています。1人当たりの取り分は、人数が増える事で減ってはいきますが、この出来た輪を大事にして、

“田んぼをまるごと楽しもう”
を合言葉に今後もやって行きたいと思っています。

地場旬自給

あしがら農の会はあしがら地域に様々な循環を作りたいとの思いから、地場、旬、自給を掲げて、1993年に設立されました。(2003年にNPO法人化)
地域の中の休耕田を借りて自給のための米作りから始まった会は、現在以下のような活動を行っています。

農産物の宅配:会に賛同する野菜の生産者と、地域で自給のための野菜の作り手が集まって、無農薬・無化学肥料栽培の野菜宅配を行っています。(その他、米、お茶、果樹、卵、鶏肉、豚肉などもあります)

田んぼの会:現在約100家族以上が、あしがら平野の13ヶ所で自給用の稲を育てています。

お茶の会:山に戻ってしまうお茶畑を、市民で手入れできないかと始まりました。5月には参加者約100名が、各自1年分のお茶を摘み取ります。

大豆・味噌の会:大豆は7月に苗作りから始まり、11月に収穫します。その大豆と、各自が田んぼの会で作っているお米で、1月には麴作りから味噌作りを行っています。

その他、四季折々の行事を行っています。関心のある方はどなたでも参加できます。

2010 茶摘みのお知らせ

毎年、行われている「農の会場所のお茶摘み」が今年もあります。

5月の連休に行われます。暖かくなったと思ったら、マイナス2度という寒さに、お茶の新芽が止まってしまいました。まだ、日程が決まられませんが、連休前半と後半二日間になる予定です。

6キロの生葉を摘んで、1.2キロのお茶になります。なれた人は1人でも可能です。

グループで参加されるのも、いいかと思えます。参加費は製茶代を含めて、3000円です。

参加希望者には、日程が決定しだい。連絡をします。お楽しみにお待ち下さい。

連絡先: 原

nounokaiocha@gmail.com

