



初夏のおいしさ、 ”パクッと”いただきます。

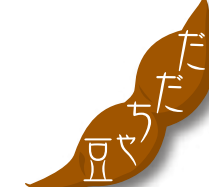
おとうさん
ありがとう



JA 松山市
地域、だいき。育ち、いのち。



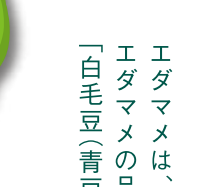
丹波篠山大豆



湯上り豆



初だる豆



えぞみどり

収穫時期

9月下旬から10月中旬

正月用の煮豆等に使われている黒大豆を、未成熟の状態で収穫する「黒豆」の代表ブランドです。古くから丹波地方で栽培されている黒大豆の在来種で、栽培が難しいことや市場に出回る期間が非常に短く限られることから、高級品とされています。

実の薄皮がうつすらと黒みをおびた大粒で、アントシアニンが含まれています。深い甘みと凝縮されたコク、ホクホクとした食感が特徴です。

一般的なエダマメより少し長めに茹でて食べましょう。

収穫時期

8月中旬から9月上旬

サヤは茶毛で緑色をしており、実は茶色の薄皮をかぶっている「茶豆」の代表ブランドです。山形県庄内地方の鶴岡市周辺の限られた地域で、地元の農家の手によって古くから大切に守り育てられてきた在来種のエダマメです。収穫期も短く、保存も困難だったため、長らく「幻の豆」と呼ばれていました。

「だちちや」とは庄内地方の方言で「親父」「お父さん」を意味します。

白毛豆より糖質を多く含み、強い甘みと独特の風味があり、2粒サヤが主体の品種です。短めの時間で茹でることができます。

収穫時期

7月下旬から9月中旬

白毛で、茹であがったサヤと実は鮮やかな緑色ですが、茶豆特有の芳香があり、甘みが強く濃厚です。一般的なエダマメより、シヨ糖や果糖、ブドウ糖が約2倍含まれています。

収穫時期

初だるま：5月下旬から6月下旬
えぞみどり：6月中旬から9月中旬

国内で最も流通している、一般的な種類である「白毛豆」に分類されます。

サヤは濃い緑色で実は緑色。クセのない「これぞエダマメ！」という味の特徴でみんなに愛されるエダマメです。

主要産地は関東地方ですが、全国的に食べられており、早い時期から出回ります。

エダマメは、大豆を若いうちに収穫したものです。エダマメの品種は日本だけで400種類以上あり、「白毛豆」「青豆」「茶豆」「黒豆」の3種類に大きく分けられます。

JA松山市ってなんなん!?



地域の皆さんのサポーター！
農家でなくても、誰でもご利用できます！

野菜の作り方を教えたり

お金を貯めたり借ったり

病気など、もしもの備えを考えたり

青空市で新鮮野菜を買ったり





JA松山市 大地で楽しく学ぼう！～食と農のわくわく体験～

あぐりスクール



JA松山市は、次世代を担う子どもたちに食と農の大切さを伝え、自然やいのちの尊さを感じてもらうことを目指して農業体験塾「あぐりスクール」を開校しています。

第1回 あぐりスクール 2018年5月12日 土 10:00～12:00 **～開校式と夏野菜の植えつけ～**



友達たくさんつくりまーす！

先生！カボチャも上に育っていくの？

サツマイモの苗は、葉っぱはだるまのように

先生！これで大丈夫かな？

上手にできてるよ！

甘～いコーン、できますよーに！

今から支柱をたてるよ！

種が重ならないようにまきましょう！

ミニトマト、こんなに大きく育つの？

野菜を2所懸命に育て、観察し、野菜を味わいます！

野菜を好きになってください！

これから1年間、みんなであいっばい学んで笑って楽しみたい！

今回は、みんなトマトとピーマン、ズッキーニを植えたよね！それから、ゴーヤとカボチャ、サツマイモの苗を植えつけ！エダマメとスイートコーンの種まきもしたよね！たくさん汗をかいて大変だったけど、楽しかったね！これから、1年間みんなよろしくね！苗も、種も、あぐりスクールのみんなも元気にすくすく育ちますよーにっ！

野菜博士クイズ

Q. ダイズを若いうちに収穫して食べるのは、「日本発!」の食べ方である？

答えは、JA松山市ホームページの野菜博士クイズへ！



JA松山市は「地域のみなさんのサポーター」

農家でなくても、誰でも利用できます。
お金を貯めたり借りたり、もしもの備えを考えたり、野菜作りの材料や道具が必要など、いつでもご連絡ください。

貯金について

金融推進部 貯金課
☎ 089-946-1611 (代)

農産物の生産・販売について

営農販売部
☎ 089-968-1211

あぐりスクールについて

ふれあい部
☎ 089-946-1611 (代)

キャラクターについて

ふれあい部
☎ 089-946-1611 (代)

ローンについて

金融推進部 貸付課
☎ 089-946-1611 (代)

青空市について

ふれあい部
☎ 089-946-1611 (代)

組合員加入について

総務部
☎ 089-946-1611 (代)

共済について

共済部 普及課
☎ 089-946-1611 (代)

ガソリン、洗車について

中央給油所
☎ 089-921-3310

苦情・相談について

企画管理部
☎ 089-946-1611 (代)

Present

6・7月中に、定期貯金を新規に20万円以上または、定期積金を新規に50万円以上のご契約をいただいた方で、このチラシ『Pakutto』を窓口でご提示いただくと、通常の粗品にプラスして、先着順で、JA松山市キャラクター「まる芽ちゃん」の刺しゅうタオルハンカチをプレゼント!!



※数に限りがございますので、品切れの際はご了承ください。

※マスコットは別売です。



旬の情報
旬のおいしさ
パクッと



JA松山市キャラクター
まる芽ちゃん

発行／JA松山市
編集／ふれあい部 ふれあい課
松山市三番町八丁目325番地1
TEL 089-946-1611 (代)

JA松山市 営業時間
[金融窓口] 平日 8:40～16:30
[共済・購買窓口] 平日 8:40～17:00
土曜 8:40～12:00
※共済・購買窓口は、平日16:30以降および土曜は一部業務のお取り扱いができません。

JA松山市は、ココにあります！

「Pakutto」で載せきれなかったお得なキャンペーン情報や旬の野菜の情報などをタイムリーにアップしています。

JA松山市 検索



携帯はこちらから



初夏の甘みをプリッと召し上がれ。



農家のこだわり

JA松山市枝豆部会的小林裕之さんは、就農3年目の若手生産者です。小林さんは、母親や近所のベテラン農家、JA松山市の営農指導員などに栽培方法を聞きながら技術を習得しています。

松前町中川原のおよそ60坪の畑でエダマメを栽培しています。出荷が始まる5月下旬に合わせて、2月中旬から種を播きました。8月中旬まで収穫が続く、約4.5トを出荷する予定です。

「特別なことはしてないんですよ」と話す小林さんですが、土壌病害を防ぐため連作を避けて栽培しています。安全で安心なエダマメを消費者に届けるために、消毒の回数減らすなど工夫し、品質の良いエダマメ作りに励んでいます。



指導員と育ち具合を確認します



一株ずつ引き抜いて収穫します

茹でたてのエダマメは最高!!

夢に向かって農業に励む

農業をはじめの前、精神科の病院で働いていた小林さんには、大きな夢があります。

農業を通して障がいのある人の就労支援をする福祉サービス事業所を開きたい—そのために必要な資格を取得し準備しています。今後は障がいのある人が働く受け入れ口となるよう、農業の規模拡大を推し進めていきたいと考えています。

小林さんは「農業は障がいのある人に良い刺激や感情を与えることができると確信している」と目を輝かせます。



エダマメの生産者 小林 裕之さん(39)

JA松山市 枝豆部会とは

JA松山市の枝豆部会は松前町の30〜80代の53人がおよそ76畝で、『初だるま』『えぞみどり』などの4品種を栽培しています。最盛期は「父の日」と「海の日」で、55トの出荷を予定しています。5月下旬から9月上旬にかけて地元や京阪神市場に出荷します。収穫適期は3〜4日ととても短く、気温が上がると品質が低下してしまふため、早朝に収穫し調整作業を手早く行います。JAへ出荷するまでは予冷庫に入れて保管し鮮度を落とさないように努めています。収穫後は枝からサヤを取り外し洗浄して乾燥させ、3階級へ選別します。Pプラスという特殊加工された鮮度保持袋に袋詰めすることで、収穫時の鮮度を維持したまま県内外へ出荷することができています。



機械を使って枝からサヤを取り外します



取り外したサヤを1粒入りとそれ以外に分けます



さらに手作業で大きさや傷を確認します



選別後のエダマメ

エダマメ

JA松山市

知ってほしいの

どんなふうに育てているの?

塩茹でしたエダマメは海外でも「EDAMAME」と呼ばれるほど大人気。品種によって色や風味が異なりますので、みんなでワイワイ食べ比べましょう!

野菜ソムリエ
JA松山市 和気支所
永井 朋代

親子でかんたんクッキング 父の日のプレゼントに作ろう!!

巻き巻きエダマメスティック

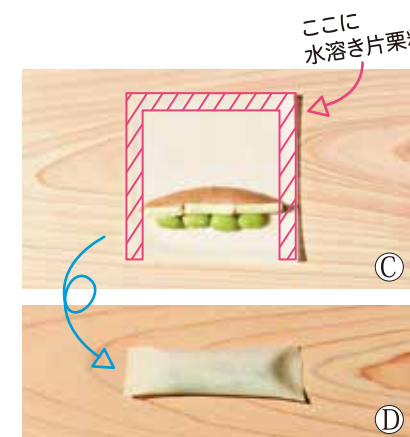
材料(20本分)

エダマメ・・・150g(80粒)	水溶き片栗粉・・・適量
ソーセージ・・・5本	揚げ油・・・適量
春巻きの皮・・・5枚	塩・・・少々
ピザ用チーズ・・・60g	

作り方

- 茹でたエダマメをサヤから取り出す。
- ソーセージを縦4等分に切り(写真A)、春巻きの皮も4等分にカットする(写真B)。
- 春巻きの皮に、エダマメ4粒とソーセージ1本、チーズを適量のせ、春巻きの皮の両端と上側に水溶き片栗粉を塗り(写真C)、手前から奥へクルッと巻いたら指で端を押さえる(写真D)。
- 3を160℃の油でゆつくりと揚げる。
- 端が軽くキツネ色になったら油を切り、塩をふりかけ器に盛る。

作ってくれた親子



ここに水溶き片栗粉



あしやき。ビールにピッタリ!

青井 晋作さん(30)

のみすぎないでネ!

ゆあ結愛ちゃん(6)

＜エダマメ＞

エダマメは緑黄色野菜ですが、実は大豆を若いうちに収穫したものです。塩茹でしたエダマメは夏の食卓、ビールのおつまみの定番。手軽でヘルシーで、子どもから大人までおいしくいただけます。

旬 6月～9月頃

＜栄養＞

マメと野菜の両方の栄養を持っています。タンパク質やビタミンB1、カルシウムに加え、大豆には少ないビタミンCも含んでいます。ビタミンB1やCは、アルコールの酸化を促し、肝臓の負担を軽減します。また、必須アミノ酸のメチオニンには、肝臓や腎臓を守る働きがあります。栄養面からみても、エダマメはビールとの相性抜群です。

＜調理のコツ＞

水洗いした後、サヤの両端を切り落とし、塩をたっぶり振って混ぜながらよく揉み、そのまま熱湯に入れて約5分茹でます。茹で上がった後、水っぽくなるので冷水にはさらしません。ザルに上げるか、うちわなどで手早く冷ましましょう。

裏面でプレゼント

＜保存＞

とにかく新鮮なうちに茹でることが肝心。すぐに茹でられないときは、新聞紙や袋に包んで冷蔵庫で保存しましょう。食べきれないときは、固めに茹でて冷凍保存し、食べる際に凍ったままのエダマメを沸騰した湯に入れて好みの固さに茹でます。

＜選び方＞

枝付きの方が鮮度が保たれます。サヤがふっくらとして、マメの大きさが揃っているものを選びましょう。

＜由来＞

大豆は穀物として紀元前2000年から栽培されていましたが、エダマメとして食べるようになったのは17世紀になってからと言われています。



これであなたもエダマメソムリエ