



Pakutto

春のおいしさを、
”パクッと”いただきます。

JA松山市



四方竹

真竹

淡竹

孟宗竹

茎
断面が丸みのある四角の形をしてのことからこの名前がついたといわれています。収穫期は秋から冬で、他の種類のたけのこは、時期が違います。収穫と同時に、アクが出始め変色しやすいです。近年は技術が進歩し、きれいな緑色を保つ水煮が出るようになりました。コリコリした食感で、ほのかに苦みと香りがあります。

5
7月頃に収穫され、形は細長く、皮に黒い斑点があります。アクが少なく、コリコリした食感で風味が良いです。採れたてのものは、下ゆでなしでそのまま料理に使えます。中華まきなどを包んでいる竹の皮は、ほとんどが真竹の皮を使っています。薄くて丈夫、また抗菌性があり通気性があります。

皮
は薄い赤茶色で形が細長く、表面に産毛はほとんどありません。5〜6月頃が旬です。地下茎が浅いので、地面から出てきたら根元を握り、折り曲げるようにして引き抜きます。地面より下の部分は硬いので食べられません。アクが少なく、茹でるときは、皮を剥いて水に入れて下ゆでします。柔らかい果肉で、ほのかな風味があります。

1
一般的に多く流通しているたけのこです。3〜5月頃が旬で、主に九州や関西地方で栽培されています。大型で太く、皮の表面は細かい産毛があり、肉質は柔らかく、えぐみが少ないのが特徴です。香りがよく、ほどよい甘味があります。地下茎が深く、たけのこが地面から顔を出してしまうとえぐみが出始めるので、顔を出す前に探して掘り出します。

JA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
病气などもしもの備えを考えた
青空市で新鮮野菜を買ったり

JA松山市オリジナルキャラクター
青空土男とまる芽ちゃんが自己紹介をします!

青空土男

あおぞら つちお

おつまみの肥料を片手に地酒を飲むことを好む。元気がないと頭のふた葉がしおれ、とってもうれしいときだけ花が咲く。おっとり、のんびり、でも地に足のついたしっかり者。無口だが、黙々と仕事をこなす頑張り屋さん。夢は、世界中のみんなをおなかいっぱいにさせること。

種別	土の妖精
性別	なし
年齢	不明
出身	愛媛県
趣味	土いじり・ひなたぼっこ(光合成)・読書
好きなもの	米・日本酒・魚料理・緑茶・わらびもち
好きなこと	畑仕事をした後のお風呂と晩酌・たまに水あび
好きな野菜	スイートコーン・松山長なす
好きなことば	「千里の道も一歩から」
特技	クワに乗って空をドライブすること・野菜づくり
誕生日	9月1日

まる芽ちゃん

め

好奇心いっぱい、なんでもチャレンジする。スポーツ万能。ポシェットには季節の花や野菜の種を入れている。青空土男とクワに乗って空をドライブするときに、種をまくのが大好き。夢は、みんなの街を花と緑でいっぱいにすること。青空土男のことが大好き♡

種別	たけのこの妖精
性別	なし
年齢	不明
出身	愛媛県
趣味	土あそび
好きなもの	おもちゃ・種・花・シフォンケーキ
好きなこと	食べること・遊ぶこと・寝ること・青空土男といること
好きな野菜	たけのこ・ミニトマト
好きなことば	「思い立ったが吉日」
特技	種まき・サーフィン・たけのこ掘り
誕生日	6月5日

よろしくおねがいします!

JA松山市はえひめ国体・えひめ大会を応援しています

えがお 愛顔 つなぐ えひめ国体・えひめ大会

君は風 いしづちを駆け 瀬戸に舞え

障スポみきゃん

28えひめ国体・大会承認第2-136号

JA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ときなど、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)	ローンについて 金融推進部 融資課 ☎ 089-946-1611(代)	共済について 共済部 普及課 ☎ 089-946-1611(代)
農産物の生産・販売について 営農販売部 ☎ 089-968-1211	青空市について ふれあい部 ☎ 089-946-1611(代)	ガソリン、洗車について 中央給油所 ☎ 089-921-3310
あぐりスクールについて 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)	苦情・相談について 企画管理部 ☎ 089-946-1611(代)
キャラクターについて ふれあい部 ☎ 089-946-1611(代)		

Present

4・5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。

Pakutto

旬の情報 旬のおいしさ パクッと

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。

携帯はこちらから

JA松山市 検索

お待たせしました！

「湯山たけのこ」召しあがれ！！



良質なたけのこの見つけ方

湯山・河中部地区は、たけのこの栽培に適している粘土質の赤土で、ここで育ったものは湯山たけのことして、京都などの関西市場でも高値で取り引きされます。白くて肉質が柔らかく、えぐみが少ないのが特徴です。幼い頃からたけのこ掘りの手伝いをしていた相田さんは、長年の勘を頼りに素早くたけのこを見つけてきます。栄養を蓄えた葉の色が濃い親竹からは、良質なたけのこが育つので、親竹の状態を見ながら、地面に目を凝らします。地面が盛り上がり、細かいヒビが入っている場所を探して、傷つけないように掘っていきます。



相田さんは「湯山のたけのこは、香りもええしジュューシーで最高よ！」と微笑みます。

ベテラン農家のこだわり

JA松山市筍部会長を務める松山市湯山柳の相田安春さん(73)の竹林で4月上旬から、たけのこ『孟宗竹(もうそうちく)』の出荷が始まっています。掘り始めて60年以上にもなるベテランの相田さんは、妻の幸子さん(72)と息子(いっせ)の勇さん(49)とともに、5%の竹林を管理しています。

竹林が生い茂っていると、地面にまで日光が届かず、たけのこの生育が悪くなります。そのため、一坪当たり親竹が1~2本になるよう伐採して日照を確保し、地温を上げて、たけのこが生えやすい環境を作っています。追肥のほかにも、イノシシやサルによる食害を防ぐため、柵やトタン板などを設置したり、狩猟したりしています。



スジ肉と炊いたんがウマイ!!



たけのこ作りの名人
相田安春さん(73)

農家のうちのごはん

たけのこご飯



作ってくれた人
JA松山市女性部 小野支部のみなさん

- 材料(4人分)
- 米.....1.5合
 - ゆでたけのこ.....100g
 - 油あげ.....1/2枚
 - 酒.....小さじ2
 - しょう油.....大さじ1
 - 昆布.....5cm角1枚
 - 木の芽(あれば).....適量

作り方

- 1 米は炊く30分前に洗って炊飯器に入れ、普通の水加減にして浸水させる。
- 2 たけのこは洗って、薄いいちよう切りにし、ざるにあけておく(写真①)。油あげは熱湯をかけて(写真②)ギョツとしぼり、半分は切って細切りにする(写真③)。
- 3 1から大きじ2弱の水を取り除き、Aの調味料を加えて混ぜ、たけのこ油あげを加え、昆布をのせて、すぐに炊き始める。
- 4 炊き上がったたら昆布を取り出し、全体をさっくり混ぜ茶碗に盛る。好みで木の芽をたいたいて香りを立て、飾る。



固めにゆでるのがポイント!!

どうやって食べよう?

だれが作っているの?



たけのこの下ゆで

- 1 表面の皮1~2枚を取り除いて、穂先5~6cmを斜めに切り落とし、火が通りやすいように皮に縦に1本切り込みを入れる(写真A)。
- 2 深めの鍋にたけのこのことかぶるくらいの水を入れ、水の約1割の米ぬか、赤唐辛子1~2本を加え(写真B)、強火にかける。
- 3 沸騰したら弱火にし、1時間ほどゆでる。太い部分に竹串を刺してみ、すーっと通ればゆで上がり(写真C)。火を止めてそのまま冷ます。
- 4 下ゆでしたたけのこは、ぬかを洗い流して皮をむき、根元のポツポツをそく(写真D)。きれいな水につけた状態で、1週間ほど冷蔵保存可能(※たけのこソムリエの「保存参照」)。



知ってほしいの

どんなふうに着ているの?

たけのこの旬は、桜の開花を知らせる「桜前線」を追いかけて。この「たけのこ前線」は九州から始まり、桜前線の10日後にはやってきます。

ジュニア野菜ソムリエ
JA松山市和気支所 永井 朋代



JA松山市筍部会とは

JA松山市筍部会は、湯山・河中部地区の116人が、78畝の竹林で、たけのこを管理しています。今年は裏年で、生食用は4月下旬までに15tを、加工用は4月中旬から5月上旬にかけて25tの出荷を予定しています。朝早く部会員が掘ったたけのこは、湯山地区にあるJA松山市筍集荷場に集められます。通常は、市場に出荷されセリにかけられますが、鮮度が命なので市場からセリ人が集荷場に来て、その日のうちにセリおとされ、松山市内のスーパーや量販店などで販売されます。



たけのこまつり

「湯山たけのこ」を多くの人に知ってもらおうと、10年前から毎年、奥道後志湯の守の特設会場、たけのこまつりを開いています。今年(2023年)は4月23日(日)の10時から14時までの開催を予定しています。新鮮な朝掘りたけのこやポイルたけのこ、炊き込みごはんなどを販売する予定です。また、相田さん手作りのシシ鍋も販売しています。毎年、自宅から鍋を持参して購入する人もいます。大好評です！問合せは、JA松山市湯山支所(089)9770311まで。



たけのこ

春を告げる食材の代表ともいえるたけのこ。ぜひ地元の生のたけのこをアク抜きして食べましょう。手間をかけた分、香りと食感が違いますよ!



- 旬 3月~5月 (※JA松山市管内の出荷期間は3月~4月下旬頃)
- 調理のコツ 先の柔らかい部分は汁物に、真ん中は天ぷらや煮物に、根元は薄切りや千切りなどにして炒め物にするのがおすすめです。根元は繊維が強いので、繊維を断つように切ると食感が柔らかくなります。
- 由来 原産国は中国。日本では江戸時代から広く一般に食べられるようになりました。
- 栄養 歯ごたえを感じるのは食物繊維で、腸内を整えコレステロールの吸収を抑える作用があります。また、利尿作用のあるカリウムが豊富。腎臓の働きを活発にし、高血圧の予防に期待が持てます。うまみ成分のひとつアスパラギン酸は疲労を和らげます。

裏面でプレゼント