

地産地消給食だより

あけましておめでとうございます。本年も、給食室一同、おいしい給食をつくってまいりますので、よろしくお願ひします。「地産地消給食の日」を支えて下さっている、生産者の方をご紹介します。今回は、10月の「地産地消給食の日」にお世話になりました、栗の生産者の方をご紹介します。

心を込めておいしい栗を作っています！



栗の生産農家「戸高^{とだか} ひろみさん」

優しい笑顔が印象的な、ひろみさん。

ひろみさんのお宅を訪問すると、一面に比叡山や丹助岳などの山々を見ることができました。そして、お家の斜面には立派な栗園がありました。

ひろみさんは、ご主人の信雄^{のぶお}さんと一緒に、栗を生産されています。栗栽培は、昭和55年からはじめられたそうです。

栗の木は、剪定をしないと枝が分かれて、枯れてしまいます。そして、栗の実がなり始めると、道路に栗の木の枝が垂れていってしまうことがあります。そのため、剪定はとても大事な作業になります。

栗が育つ場所は、急傾斜地のため、剪定や除草作業、ネット張りなどの作業が大変です。

栗の実は、5月ごろからなり始めます。そして、大事に大事に栗の木のお世話や、剪定や除草などの作業をしながら、9月～10月のはじめに、栗の収穫期を迎えます。収穫する際は、「てみ」を使って、手作業ですくいながら、拾って収穫していきます。これもまた、腰が痛くなるとても大変な作業ですが、毎年、頑張って収穫しています。収穫が終わると、ホッとした気持ちになります。

ひろみさんから、子どもたちへのメッセージ

みなさんには、なかなか直接会うことができませんが、食とおして、日之影で育てられている作物をたくさん知ってほしいと思っています。そして、農家さんの仕事は、大変なこともあります。収穫した時の喜びは何にも代えがたいものです。少しでも、興味を持ってくれると、うれしいです。

ぎゅっとませ栗ごはん～ぜひ作ってみませんか？～

<作り方>

- ① 米とくりを洗い炊飯器に入れ、米の重量の1.3倍の水と、うすくちしょうゆ、酒、塩を入れて、炊飯器で炊く。
- ② ごぼうはささがき、にんじんは短い千切り、干しいたけはぬるま湯で戻し小さく切る。
- ③ フライパンに高千穂牛を入れ炒め、色が変わってきたら、②を加えて、調味料で煮る。
- ④ ③に青豆を加え、味見をし、味を調える。(少し濃いめがおすすめです。)
- ⑤ 炊きあがった①に④を加え、混ぜたら完成です。

♥ 学校給食のレシピ紹介です。とても贅沢な一品です。調味料は目安量ですので、ご家庭で調整ください。

①栗をここに入れる。



②栗の実が出てくる。

③「いが」が出てくる。

栗の皮をむく機械

レシピ紹介

<材料4人分>

○米	240g
○くり	100g
○うすくちしょうゆ	小さじ2
○酒	小さじ1
○塩	ひとつまみ
○高千穂牛肉	80g
○ごぼう	30g
○にんじん	20g
○干しいたけ	4g
○青豆	20g
○おろししょうが	少々
○砂糖	大さじ1
○こいくちしょうゆ	大さじ2