

組合員活動委員会産地訪問

JAいなば

10月7日・8日
15人参加

品質が心配されますが、
「富山コシヒカリ」は
1等米を確保します



大豆生産者・出合 正虎さん(右端)

米の抜き取り
検査



「富山コシヒカリ」の産地・富山県小矢部市では、米保管施設や大型の乾燥貯蔵庫を見学、続々と生産者から新米が入荷してきていました。今年も富山でも、猛暑の影響で1等米が少なく苦労されています。等級検査は、30キロ袋に器具を突き刺して中の米を抜き取って見ます。米の色や水分量・ツヤなどで等級が決まります。

また、「生しぼり絹豆腐」の契約原料として、約300トンの大豆が愛知県(株)マルツネに送られています(JAいなばでの生産量1000トンのうち)。大豆畑の見学をしながら産地同士のつながりを感じました。

JAいなばさんとは小矢部市農協と言われていた時(20年前)から交流し、今につながっています。顔の見える交流は、これから先も続けていく必要があります。私たちの食卓に産地の人たちの思いが詰まった食材が並べ続けられるように、声を出して広め、利用につなげていかなければと強く思いました。

組合員活動企画委員
上原 伸代さん

環境に配慮した営農活動の実践、JAいなばさんでは地元畜産農家の堆肥などを散布し、環境にやさしい調和のとれた持続的な農業生産の推進もされていました。農家はいろいろ考えてがんばっているのだと思いました。

生野地域活動委員会 委員長
高山 信子さん



意見交換会では、地元JA女性部の方が大勢参加され、女性同士の話は尽きることなく盛り上がりました

cooking

Pa・ぱっとクッキング 33



材料・2人分

- 氷温甘塩さば切身 ……2切れ
- 小麦粉 ……適量
- いんげん ……80g
- 玉ねぎのみじん切り ……1/4個
- サラダ油 ……小2
- ヨーグルト ……1カップ弱
- ④ カレー粉 ……小2
- ケチャップ ……小2

お弁当のおかずにも



1人当り
288Kcal

作り方

- ①鯖は解凍して、1切れを3等分に切り、小麦粉をまぶして、フライパンに油を入れ、炒める。
- ②いんげんは茹でて半分に切り、①に加えてさっと炒め、器に盛る。
- ③②のフライパンに玉ねぎをいれて、弱火で2分ほど炒め、④を入れて沸騰させ、火を止める。
- ④③のソースを②の上にかける、お好みの野菜をそえて。

材料・2人分

- 氷温甘塩さば切身 ……2切れ
- まいたけ ……1パック
- 酒 ……大1
- ④ 塩 ……少々
- にんにくおろし ……12片
- ⑥ オリーブオイル ……大1
- トマト ……1個
- ⑦ レモン汁 ……小1
- ⑧ 塩こしょう ……少々

子どもと一緒に電子レンジメニュー



1人当り
248Kcal

作り方

- ①鯖は解凍して、耐熱皿にのせ、④をふる。
- ②まいたけは粗くほぐして①にのせ、⑥をかけて、ふんわりとラップをして、レンジで8分加熱する。
- ③トマトは5ミリ角に切り、ボウルに入れ、⑦を加えて混ぜ合わせる。
- ④鯖が蒸しあがったら、器に盛り③のソースをかける。

鯖の
カレー
ソース

鯖の
レンジ
蒸し