

シリーズ 君津の産物を味わう

いんげん



野菜と豆、両方の美味しさが味わえるいんげんは、君津地域では、ハウス、露地の組み合わせで5〜7月が旬になります。

今回は、「きみつ4市女性起業家ネット」からのお勧めレシピ2品を紹介します。

○いんげんの

ごま和え

材料(4人分)

いんげん 100g

黒ごま 大さじ1

しょうゆ 小さじ1

砂糖 小さじ半分

作り方

①沸騰した湯に塩を入れ、いんげんを茹でて水気を切り、3cmに切る。

②黒ごまを炒ってすり、調味料を加えて和え衣を作り、いんげんを和える。

(鶴岡)

○いんげんのポターージュ

材料(2〜3人分)

いんげん 100g

玉ねぎ 100g

バター 大さじ1

コンソメ 大さじ1

牛乳 200cc

生クリーム 100cc

塩こしょう 適量

作り方

①いんげんは茹でておく。

②玉ねぎを薄切りにし、バターで透き通るまでよく炒め、塩こしょうする。

③いんげんを加え、ひたひたの水とコンソメを加えてよく煮込む。

④牛乳を少し加えながら、ミキサーでなめらかにするまですり混ぜる。

⑤鍋に戻し、残りの牛乳と生クリームを加え、温めて塩こしょうで味を調える。

*冷たくすれば冷製スープとしておいしくいただけます。

地域農業の

リーダー

第34回千葉県農業士・指導農業士の認証式典が昨年11月12日に行われ、県下で指導農業士21名、農業士20名が新たに認証されました。君津地域では、指導農業士に1名、農業士に2名が認証されました。地域農業の発展、後継者の育成及び地域の活性化に向けた活躍が期待されます。



(左から鳥海美知子氏、岡崎浩二氏、渡邊英晃氏)

○指導農業士

鳥海 美知子氏(君津市)

食文化の伝承を図る活動として地域の高校や公民館で太巻き寿司や郷土料理の講師として活躍しています。また、小櫃地区で主食用米、種子粃及び大豆の生産と加工品販売を行っています。

○農業士

岡崎 浩二氏(木更津市)

矢那地区で梨と水稲を主体とした経営を行っています。梨は全量を直売し、耕畜連携による土づくりやエコファーマーの認定を受けるといった品質の向上に意欲的に取り組んでいます。

渡邊 英晃氏(木更津市)

中郷地区で水稲とレタス、とうもろこし、いんげん等の野菜を主体とした経営を行っています。野菜の栽培では、新品種の試作や病害対策に向けた新技術の導入に積極的に取り組んでいます。

(金子・長谷川)

新規就農者を支援

農業経営体育成セミナー

農林振興センターでは新たに農業を始めた人(概ね35才まで)を対象にセミナーを開催しています。

農業経営の基本的な知識や技術習得のための講座、県内先進農家等への視察、地域で活躍している先輩農業者や同世代の農業青年との意見交換をすることで地域とのつながりを深めていきます。3年間の課程の中では普及員が指導にあたり、プロジェクト学習や営農計画の作成を行うことで地域農業の担い手となるよう支援していきます。6月に開講します。みなさんの積極的な参加をお待ちしています。

また、定年帰農者などの中高年の方については農作物の栽培実習に重点をおいた研修「はつらつ農業者講座」も開催しています。

(星野・佐久間)