

にいかっぷピーマンを使っておいしい料理を作ろう！

にいかっぷピーマン料理コンテスト受賞作品のレシピを紹介します

全国から 49 点の応募があったにいかっぷピーマン料理コンテスト。8月5日新冠温泉レ・コードの湯で開催された試食審査において、新ひだか町在住の池田三和子さんの作品「日高二大名産和え」が最優秀賞に選ばれました。また、新冠町在住の斉藤隆子さんの作品をはじめ5作品が優秀賞と審査員特別賞に選ばれました。どれも簡単に作れるおいしい料理ばかりです。今月号からこれらの料理のレシピを紹介していきます。ぜひ、みなさんもお試ください。



△にいかっぷピーマン料理コンテスト試食審査の様子

にいかっぷピーマンレシピ「日高二大名産和え」

○材料(4人分)

- ピーマン……………4 個
- 大根……………1/4 個
- 塩昆布……………1 つまみ半
- 味の素……………少々
- ゴマ油……………小さじ 2



○作り方

- ① ピーマンと大根を 5 ミリに切る
- ② 切ったピーマンと大根を手で揉む
- ③ 塩昆布、味の素、ゴマ油で和えて完成
 - ◇ 5 ～ 15 分くらい馴染ませるとおいしいです
 - ◇ 塩分はお好みで塩昆布の量を加減してください

○所要時間 10分 ○1人分のカロリー 34kcal

※試食審査した料理のレシピは町ホームページでも公開しています
(<http://www.nikkappu.jp/sangyo/p-man.html>)

【村田邦洋ピーマン料理コンテスト審査委員長】

ピーマン料理コンテストでは、町内はもとより道外からも参加を頂き、ありがとうございました。地物産品の中で、ピーマンは奨励作物の一つとして振興を図っており、生産量は全道一です。生産者の方々は、何と言っても消費が増えることが一番の願いです。コンテストを通じ、沢山の料理メニューを教えて頂きましたので、作品を紹介しながら、ピーマンのPRをしてまいりたいと思います。

生産者の声

にいかっぷピーマンは全道一の出荷量を誇り、昨年の販売額も 3 億円を突破しました。そんなにいかっぷピーマンについて、生産者である新冠町農協ピーマン生産部会部会長の田口修さんにお話を伺いました。



田口さん

にいかっぷピーマンの品種はみおぎ(※1)という種類で、新冠産は緑が色濃く、柔らかくて甘いのが特徴です。大きさの規格は S から 2 L までありますが、M、L を中心に収穫しています。ピーマンを作るのに適した気温は 20 ～ 30℃ で、新冠では大富あたりの地域が最もピーマン作りに適していると思います。

ピーマンは春先から出回りますが、6 ～ 7 月頃が一番おいしい旬の時期です。丸い形のピーマンもできますが、細長い形のものを商品として扱っています。また、選果場では、見つけにくい傷もしっかり選別されて、良い形のものが商品として出荷されています。

ピーマンはやはり新鮮なものが一番おいしいですよ。朝、もぎたてのピーマンをそのまま食べると元気がでます。私は、ピーマンを油炒めして醤油をかけて食べるのが好きですね。

※1 みおぎ

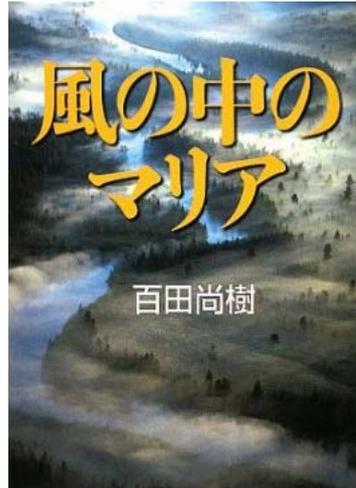
果実が軽く、果肉が薄く柔らかい品種。緑が濃い中大果。硬くなりにくいので、赤熟果の発生が遅く、肥大が早い。



お問い合わせ

社会教育課 図書プラザ
☎ 45・7777

今月の一冊



『風の中のマリア』

百田 尚樹 著 / 出版 講談社

本書の主演は、ただ戦うために生れたオオスズメバチの働き蜂、マリア。

堅固な鎧をまとい疾風のように飛び、無尽蔵のスタミナを誇り、鋭い牙であらゆる虫を噛み砕く。昆虫たちの世界を擬人化し、30日程度の切ないまでに短く激しい一生をおくる働き蜂マリアの視点で書かれた生態小説です。

アニマル号 (移動図書館車) 運行日程 《9月分》

11日	16:00 ~ 16:30	新冠保育所
15日	10:10 ~ 10:30	朝日小学校
	10:40 ~ 10:50	朝日保育所
17日	10:10 ~ 10:30	朝日小学校
18日	10:20 ~ 10:30	美宇保育所
	10:45 ~ 11:00	太陽郵便局
	16:00 ~ 16:30	新冠保育所
25日	10:10 ~ 10:30	朝日小学校
	11:00 ~ 11:20	おうるの郷

●図書プラザイベントカレンダー

日時	事業名	場所
9月26日(土) 13:30~	びっくり箱の おはなし会	図書プラザ おはなしのへや

「新着ガイド」

脳は0.1秒で恋をする	茂木 健一郎
天才は10歳までにつくられる	横峯 吉文
不思議がいっぱい! 日本昔ばなしの旅	島尾 真
Let's Begin! 日曜大工	ジェームズ・サマーズ
地方競馬の黄金時代	齊藤 修
アマルフィ	真保 裕一
廃墟に乞う	佐々木 譲
ドント・ストップ・ザ・ダンス	柴田 よしき
終の住処	磯崎 謙一郎
罪深き海辺	大沢 在昌
八つ花ごよみ	山本 一力
親友はいますか	渡辺 淳一
寂聴幸運の鍵	瀬戸内 寂聴
おばけなんてないさ	せな けいこ
地雷のない世界へ	大塚 敦子
ハチ公物語	新藤 兼人

平成21年度プラスワンセミナー

口承文芸学者 小澤俊夫 講演会を開催しました

プラスワンセミナーとして、昔話の研究で世界的に活動している口承文芸学者 小澤昔話研究所所長の小澤 俊夫氏を招き、8月31日と9月1日の2日間に渡り講演会を開催しました。

第1日目は、「昔ばなしが語る子どもの成長」と題し、子育て中の方や子どもと接する機会がある方を中心に「グリム童話のヘンゼルとグレーテルのお話で、物語の最初には泣いてばかりいる兄妹が、話の終盤にははっきりとした知恵を持ち困難を乗り越えていく様子は、子どもの成長そのものである。子どもが成長していく時期は人生の通過点に過ぎないので、他の子どもと比較することはせず、焦らずゆっくりと子育てをして欲しい。」といった心とらぐお話をいただきました。

2日目には、いきいき大学の参加者も多数来場され、「昔話・先人からのメッセージ」と題した講演に興味深く耳を傾けておられました。

両日ともに会場いっぱいの聴衆にお越し頂き、何世代にも渡って語り継がれてきた昔話が発信する大切なメッセージを聴くことができました。

小澤先生の著書や子ども向けに分かりやすく書き直された昔話絵本は、図書プラザに取り揃えておりますので、講演に参加できなかった方もぜひご利用下さい。

