

JA ぐれあい食材
おすすめ
レシピ

5月にお届けする材料を使用したレシピです

鶏肉のハニーマスタード焼き



●材料は2人分が基準になっております。
●盛付例はイメージです。
※材料の野菜がない場合は家庭にあるお好きな野菜をお使い下さい。

材料

- 国産鶏もも肉……………200g
- レタス……………2〜3枚
- 人参……………20g
- ミニトマト……………4個
- イタリアンパセリ……………適量
- 塩、こしょう……………各少々
- サラダ油……………大さじ1
- はちみつ……………大さじ1
- からし……………大さじ1
- しょう油……………大さじ1/2
- 酒……………大さじ2
- 水……………大さじ1

作り方

- 鶏肉は一口大に切り、塩、こしょうをふる。
- レタスはザク切りにして水にさらし、人参は千切り、ミニトマトは2等分に切る。
- フライパンにサラダ油を入れて熱し、鶏肉を皮目から焼いて焼き目が付いたら裏返して焼く。
- ③にAを加えて蓋をし、弱火で3〜4分蒸し焼きする。
- 器に④を盛り、水気をきった②のせる。

東北地方の長期予報

<予想される向こう1か月の天候>

向こう1か月の出現の可能性が最も大きい天候と、特徴のある気温、降水量等の確率は以下のとおりです。

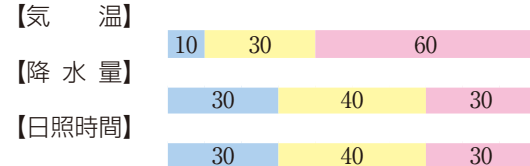
天気は数日の周期で変わってでしょう。東北太平洋側では、平年と同様に晴れの日が多い見込みです。

向こう1か月の平均気温は、高い確率 60%です。

週別の気温は、1週目は、高い確率 60%です。2週目は、高い確率 50%です。

<気温、降水量、日照時間の各階級の確率(%)>

4月21日〜5月20日



<気温経過の各階級の確率(%)>

4月21日〜4月27日



凡例： 低い(少ない) 平年並 高い(多い)
(仙台管区気象台 発表)

編集後記

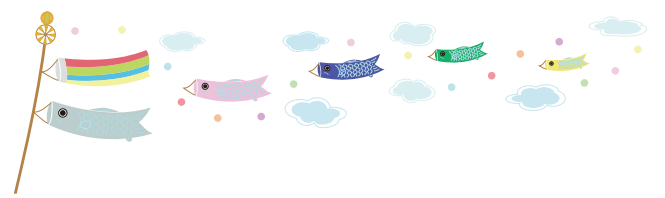
ラジオ福島「ふくしま旬の恵みに乾杯」(毎週月曜日 12:20〜12:30 放送) がリニューアルして放送中です。

5月テーマ食材は「アスパラガス」。郡山市にある「しのや桑野店」様のご協力を得て放送されます。アスパラガスを使ったレシピの紹介はもちろん、実際にお店に足を運べば、期間限定で食べることもできます。放送を聴き逃してしまった方も「radiko.jp(ラジオ)」を使えば再放送を無料で聞けます。(放送終了後、1週間以内限定です) ご注意ください! また、レシピ情報が掲載された特設ホームページも要チェックです!

お家でレシピを再現してもよし、お店に食べに行ってもよし。今月は旬のおいしい「アスパラガス」を、ぜひたくさん召し上がってください。

今月の主な行事予定

5月3日	管理部	福島ユナイテッドホームゲーム
5月18日	米穀部	第1回米穀事業推進委員会
5月24日	畜産部	J A 畜産担当者会議
5月25日	畜産部	麓山高原豚生産振興協議会総会



ラジオ福島 「農家の皆さんへ」

5月1日	営農企画部	営農相談室
5月7日	米穀部	ふくしま米 販売情勢
5月8日	生産資材部	営農相談室
5月14日	園芸部	種苗情報(夏〜秋まき種子)
5月21日	畜産部	肉牛の販売情勢について
5月28日	燃料部	浴室暖房乾燥機について

生産資材部

異常高温に備えて いま、やるべき高温障害回避対策

水稲における異常高温による白未熟粒等の障害発生メカニズムは、国・県で試験研究が進められており、かなり解明されてきております。

主な発生要因をまとめると、

- 浅い作土：狭い根域
- 土づくり肥料・堆肥等の有機物不足：低い地力
- チンソ不足：過剰な食味重視
- 田植え時期の早期化：登熟期に高温をまともに受ける
- 中干し不足：過剰水
- 早期落水：炭水化物転流不足

従って、高温障害の回避対策は

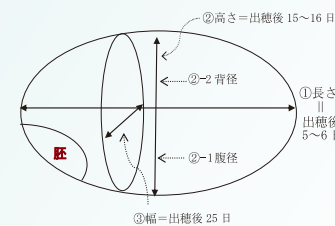
これらの逆を実施すればいい訳で、

つまり、今の時期にやるべきことは、

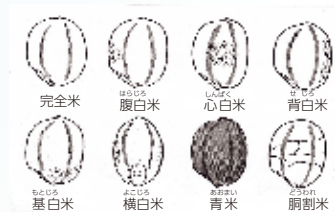
- 作土を深く耕す
- 土づくり肥料(特にけい酸を多く含むもの)を施用する、完熟堆肥等有機物を施用する
- 地力が比較的低い土壌では減肥しない ※エコ米・特裁米の場合は要注意!
- 田植え時期を5月中下旬頃に少し遅らせる

異常高温に備えての「保険」ととらえ、今からできる対応策を可能な限り実施していただきたいと思っております。

米粒登熟のプロセス



米粒(胚乳)は出穂後、上図のように①5〜6日で長さが、次いで②15〜16日後に高さが決まり③幅は25日後とかなり遅くなって形成されます。これら発育の時期に高温などで、でんぷんの転流が阻害されると充実が悪くなり乳白状になります。要するに、高温が発生した時に発育している部位が障害を受けるとその部位の細胞にでんぷんの集積が悪くなり下図のように乳白化するのです。



園芸部

農地の除草対策資材のご紹介

夏場の農地除草対策として、防草効果に加え、光の高反射機能を備えたシートをご紹介します。防草を行うとともに果実などの着色に有効な製品です。夏場の炎天下での草刈作業の負担をなくし、圃場の見た目もスッキリ。是非、ご検討ください。

(お問い合わせはJ A 全農福島園芸資材課まで)

