

2021

3月号
Vol.60

担い手 サポートセンター

通信



写真上：JA足利 ニラ栽培農家 永倉 幹士 さん
写真下：JAしおのや ねぎ栽培農家 檜山 宗志 さん

CONTENTS

サポートセンター情報	園芸農家インタビュー!!	2	営農販売情報	「いちごゆめファーム」4 作目試験結果について	10
中央会情報	令和3年産米の作付け転換について	4	園芸情報	とちおとめカクテル	11
農林中金情報	農業関連資金のご案内	6	肥料情報	小麦のタンパク値を高めましょう!	12
県農試情報	トマトかいよう病の総合的な防除技術の開発	7	農薬情報	クロルピクリン剤の使用に関するお願い	13
米麦情報	もぐもぐごはん部	8	農業機械情報	見直そう! 農業機械作業の安全対策	14
	おかげさまで部員数 300 名突破!!		生活情報	オリジナル米粉レシピ フォカッチャ	15
米麦情報	麦類の生育と当面の管理	9	野生を食べる／編集後記		16

園芸農家インタビュー!!

▶ J A足利 足利市 島田町

永倉 幹士 さん (35 歳)

作 物：ニラ (35a) 夏秋なす (10a)

シャクヤク (3a)

就 農 年：2018 年

経営年数：3 年目



今日は、足利市島田町でニラ栽培に取り組む永倉幹士さんにお話を伺いました。

▶ 農業経営を始めるまでの経緯を教えてください。

平成30年 (32歳のとき) に就農しました。就農前はぐんま商工連に勤めていましたが、元々農業に興味がありました。実家が保有している農地が高齢により耕作できなくなってしまったことをきっかけに一念発起し就農を決意しました。



▶ ニラ栽培の魅力やこだわりを教えてください。

ニラに限らず農業は自分の努力がそのまま収入に直結するところにとってもやりがいを感じています。また、ニラについては、需要も安定しているし、今後が期待できる作物だと思います。次年度産から、弟が手伝ってくれることになったので、一緒に頑張り、面積拡大と収入の向上に努めていきたいです。

▶ 苦労している点を教えてください。

近くにニラを栽培している人が少なく、技術を取得するのに苦労しています。就農開始当初は、農業次世代人材投資資金 (経営開始型) を活用し経営基盤を固めました。今後、経営資源有効活用リフォーム事業を活用しニラの栽培面積を拡大しますが、連棟ハウスでのニラの栽培事例が少ないので心配です。

▶ 農業経営で大切にしていることを教えてください。

周りの人と良くコミュニケーションを取るようになっています。TACからの営農情報や地元の方々との情報交換を心がけています。



TACとの情報交換

本日はお忙しい中ご対応いただきありがとうございました。県内で連棟ハウスのニラ栽培事例がありましたら、情報提供をお願いいたします!!



JA全農とちぎ 担い手支援課まで TEL 028-616-8838

園芸農家インタビュー!!

▶ J Aしおのや さくら市 桜野

檜山 宗志 さん (34 歳)

作 物：ねぎ 1ha (秋冬ねぎ 50a、夏ねぎ 50a)

水稲 10ha (自作地 2ha、借地 8ha)

就 農：4 年目



本日は、J Aしおのや管内で秋冬ねぎ・夏ねぎを栽培している檜山さんをご紹介します。

▶ 就農までの経緯とねぎ栽培を選択した理由を教えてください。

大学院卒業後、大学教授や研究員等を目指し様々な事を学んでいましたが、実家が農家だったこともあり、最終的には就農を決意しました。農家として安定した経営を図るためには水稲のほか野菜の導入が必要だと考え、就農2年目からねぎ栽培をスタートしました（就農1年目は玉ねぎ栽培を経験）。ねぎの栽培面積は、1、2年目が40aで、3年目の今年から1haに増反しました。

▶ 年間の作業をどのように回していますか？

秋冬ねぎ（50a）は、3月末に播種、5月末に定植、収穫は11月～4月まで続きます。夏ねぎ（50a）は、11月中下旬に播種、2月中下旬に定植、収穫は7月下旬～8月下旬です。1年目はひっぱりくんでの定植や動噴での農薬散布をしていましたが、2年目からは作業効率を上げるため、自動播種機や自動式定植機（セルトレイ苗）を使用し、農薬散布も自走式の防除機で行っています。掘り取り、収穫は手作業ですね。基本的に管理作業は1人で行っていますが、調整作業は母に手伝ってもらいます。



▶ 栽培で苦労していることは何ですか？

ねぎは収穫のタイミングを自分で決めることができるので、大変なのは出荷調整作業ですね。根葉切り機や皮むき機に加え、今年から選別機を導入したのですが、選別機がねぎを太さ等の規格ごとに選別してくれるので、予想以上に調整作業が楽になりました。また、天気次第で病害虫が増えるので、適期防除を心がけています。



▶ 経営で大切にしていることや今後の目標を教えてください。

軟白部をしっかりと作るため、土寄せ作業を大切にするほか、今年は初めて土壌分析を行う予定ですので、土づくりにこだわっていきたいです。今は5品種を栽培していますので、品種特性に合わせた栽培を心がけ、ねぎが嫌いな人でも食べてもらえるような、美味しいねぎを作りたいです。

最後になりますが、新規作物の導入は、振興事務所やJ A、役所、先輩農家等、様々な方の支援があってこそ出来ることだと思いますので、皆さんの力をお借りしながら、これからも頑張りたいと思います。

ねぎ栽培に熱心な檜山さんは、ジムなどで体を動かしてリラックスしているそうです。本日はお話ありがとうございました。

お米の
生産者の
皆さまへ

水田農業緊急情報

このままでは **3年産米価格**は

大幅に下落してしまいます!

今から、
どうして、
そんなことが
わかるの?



そうになったら
経営が
成り立たない!



① 主な理由は次の通りです。

1 需要は年々減少しています

国民1人・
1年あたりの
米の消費量



昭和37年 (1962年)

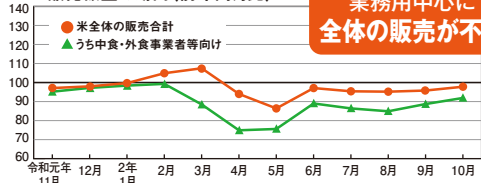
米俵一つ分減少

53.5kg

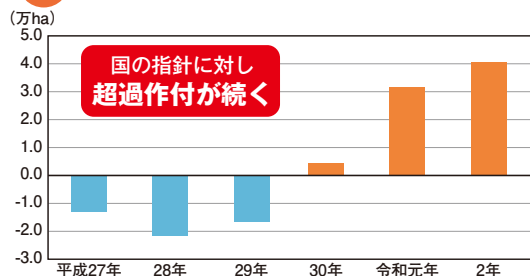
平成30年 (2018年)

3 新型コロナウイルスの影響

販売数量の動向 (前年同月比)



2 作付面積は減少していません



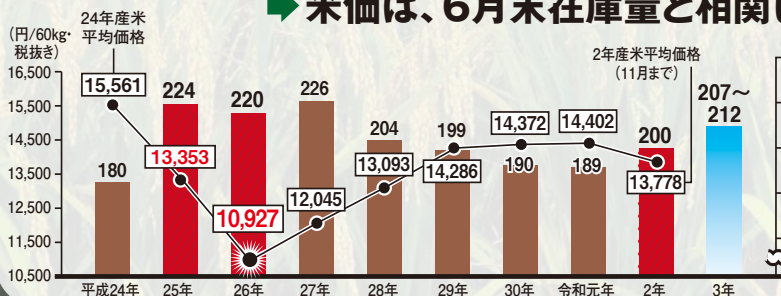
※ 国の基本指針における主食用等生産量 (29年産までは生産数量目標、幅がある場合は下限値) の面積換算値と主食用実作付面積との差

では、どのくらい米価が
下がってしまうの?



価格は需給で決まります!

➡ 米価は、6月末在庫量と関連しています。



過去に同水準の在庫量となった25、26年産では、それぞれ前年から60kgあたり**2,000円**以上も下落し、26年産では多くの産地銘柄で60kgあたり**1万円**を下回りました!

※ 価格は農水省公表の相対取引価格より、税・包装代控除。
令和2年産米は令和2年11月までの平均価格

大変!
どうすればいいの?



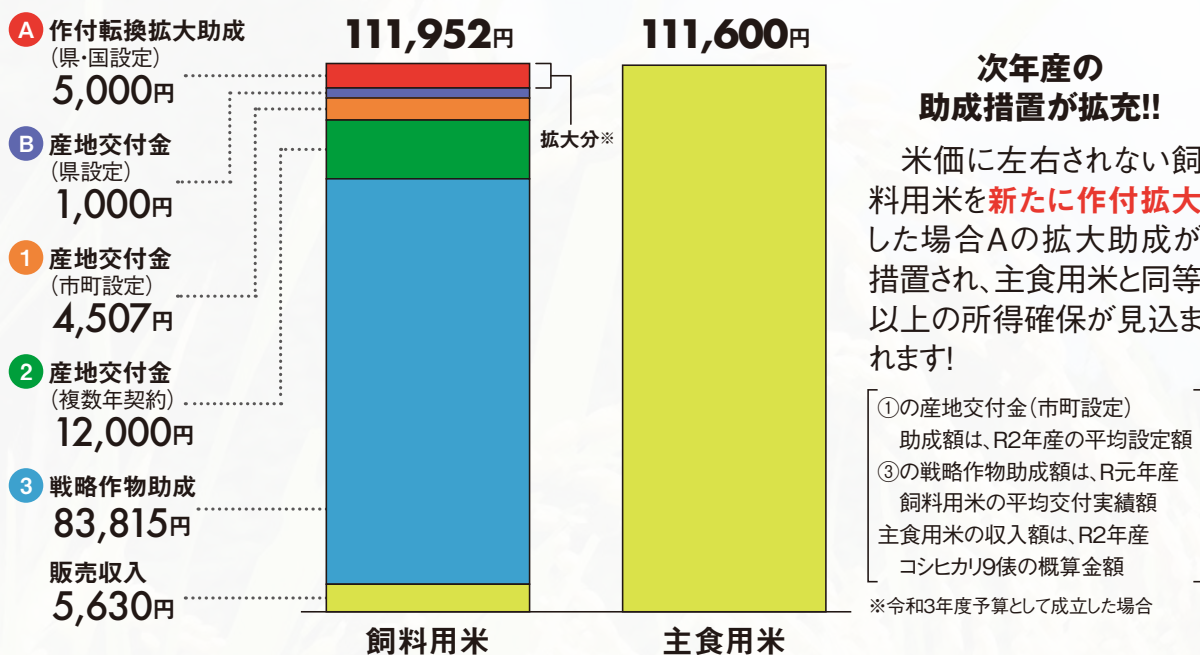
**飼料用米等の非主食用米や麦・大豆、露地野菜等に
作付を転換し、経営の安定を図りましょう!**

栃木県農業再生協議会 JA栃木中央会 (Tel028-616-8531) ・ 栃木県生産振興課 (Tel028-623-2279)

水田で取り組みやすい飼料用米を作しましょう！

- 次年産の飼料用米作付けに対する助成措置が拡充されました。
- 各種助成を活用することで、主食用米並みの収入を得ることができます。

飼料用米と主食用米の10aあたり収入比較



飼料用米に対する主な支援内容

新たな支援策

A 作付転換拡大助成… 5,000円／10a (県:2,500円、国:2,500円)

- 主食用米から飼料用米等に転換拡大した生産の場合
(飼料用米の他、米粉用米、輸出用米、麦、大豆(いずれも基幹作)も対象)
※令和3年度予算として成立した場合

B 産地交付金(県設定)…1,000円／10a

- 県が設定する生産性向上に資する取組に基づいた生産の場合

① 産地交付金(市町設定)…0～9,000円／10a

- 市町が設定する生産性向上に資する取組に基づいた生産の場合
※市町(再生協)によって設定の有無、単価が異なります。

② 産地交付金(複数年契約)…12,000円／10a

- 実需者との複数年契約(3年以上)に基づいた生産の場合

③ 戦略作物助成…55,000～105,000円／10a

- 収量に応じて、55,000円～最大105,000円(+150kg以上の場合)
※栃木県の令和元年度飼料用米の平均交付実績額は83,815円

継続となる主な支援策

農業関連資金のご案内



農業近代化資金

農地取得以外の幅広い用途に
ご利用いただけます！

対象者 認定農業者、認定新規就農者、
農業者（個人・法人・集落営農組織等）

資金使途

- 畜舎、果樹棚、農機具など農産物の生産・流通・加工に必要な施設の改良、造成、復旧、取得
 - 果樹の植栽・育成、家畜の購入・育成
 - 農地の改良、造成、修復
 - 長期運転資金
- ※事前着工は原則不可です。

貸付期間 資金使途に応じて原則 7 ～ 15 年以内
（据置期間 2 ～ 7 年以内）

貸付金額

●個人	1,800万円
●法人・集落営農組織等	2 億円
●農業参入法人	1 億5,000万円

アグリマイティー資金

農地や農業機械・設備・家畜導入資金など
オールマイティーにご利用いただけます！

対象者 農業者（個人、法人、集落営農組織等）

資金使途

- 農業生産に直結する設備、運転資金
- 生産物の加工・流通・販売に関する設備資金、運転資金
- 地域の活性化・振興を支援するための設備資金、運転資金
- 農業者等の再生可能エネルギー利用の取組を支援するための発電・蓄電設備取得
- 他金融機関から借入中の農機具ローンの借換

貸付期間 【長期資金】原則 10 年以内（据置 3 年以内）
【短期資金】1 年以内

貸付金額 ●事業費の 100% の範囲内

JA営農ローン

農業経営に必要な運転資金に
ご利用いただけます！

対象者 正組合員の方、
農畜産物販売代金を J A に入金することが
見込まれる方

資金使途

- 営農および生活（公共料金等）に必要な資金
- ※以下の資金を除く
 - ・負債整理資金
 - ・経済未収金の肩代わり資金
 - ・農業以外の事業資金

貸付期間 1 年以内
※契約更新には別途お手続きが必要な場合がございます

貸付金額

●個人	1,500万円
●法人	3,000万円

農業経営基盤強化資金 （スーパーL資金）

公庫資金も最寄りのJA窓口で
お借入れできます！

対象者 認定農業者（農業経営改善計画を作成して
市町村長の認定を受けた個人・法人）

資金使途

- 農地等の取得・改良・造成
- 農業経営のための施設・機械等の取得
- 農産物の処理加工施設・店舗などの流通販売施設
- 家畜・果樹等の導入・育成

貸付期間 25 年以内
（据置期間 10 年以内）

貸付金額

●個人	3 億円
●法人	10 億円

詳しくはお近くの J A 窓口担当者にお尋ねください

- ◇金利については金融情勢によって変動いたします。
- ◇融資実行までに時間を要するものもございますので、お早めのご相談をお願いいたします。
- ◇審査の結果により、ご希望に添えない場合がございます。

トマトかいよう病の総合的な防除技術の開発

トマトかいよう病は、*Clavibacter michiganensis* subsp. *michiganensis* を病原とする細菌病です。本病は一度発生すると防除が難しいことから、ほ場で発生させない、あるいは発生した場合の蔓延防止対策が重要となってきます。

そこで、主要トマト品種の本病耐病性と地下部からの伝染防止対策として太陽熱消毒の有効性、地上部伝染防止対策として各種消毒資材を用いたハサミ消毒による防除効果を検討しました。

その結果、供試品種中では、台木品種の B バリア、スパイク、ボランチ、がんばる根ベクト、あおおにが比較的高い耐病性を示しました(図1)。

発病株を土壌中に埋設し太陽熱消毒による防除効果を検討しましたが、処理 33 日後以降は、本病原菌は検出されず、その後に定植したトマトにも本病の発病は認められませんでした。管理作業に使用するハサミ消毒の効果を検討した結果、熱ハサミ(福ちゃん・ターボ2)で高い防除効果が認められました。本病原菌に対する各種消毒資材の有効性の検討では、ケミクロンGで高い防除効果が認められました(図2)。

本病防除にあたっては、土壌等からの一次伝染防止対策を徹底するとともに、太陽熱消毒+耐病性台木品種の選定と熱ハサミ等、管理作業資材の消毒による二次伝染防止対策が有効であると考えられました。

(病理昆虫研究室)

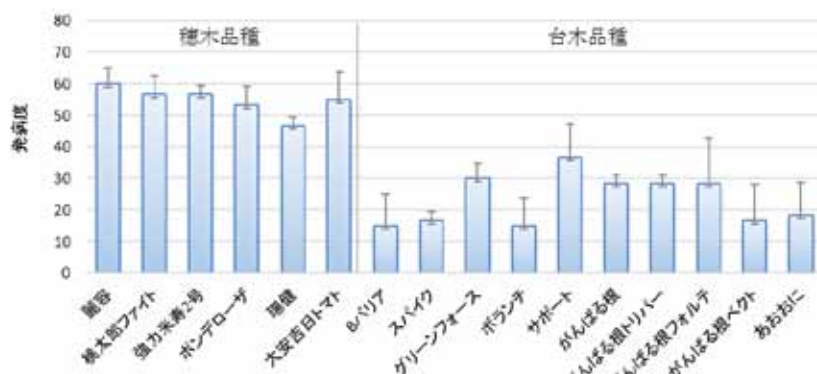
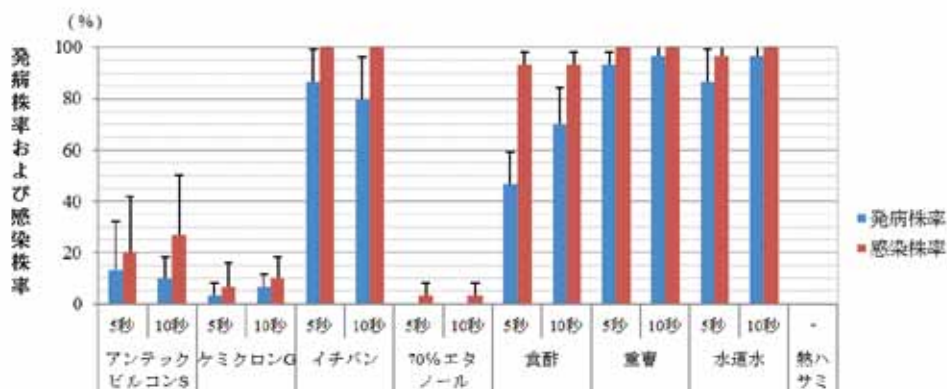


図1 トマトかいよう病に対する耐病性の品種間差異



発病株率は最終調査日(接種 56 日目)、感染株率は肉眼および PCR 法での結果。
秒数は消毒時間を示す。
エラーバーは標準偏差を示す。

図2 トマトかいよう病に対する各種消毒資材の防除効果



農業試験場ホームページには試験情報が盛りだくさん!!

栃木農試



いちご研



ネットで検索!

農業試験場 HP : <http://www.pref.tochigi.lg.jp/g59/index.html>

いちご研究所 HP : <http://www.pref.tochigi.lg.jp/g61/index.html>

❀米穀課からのお知らせ❀



©栃木県 とちまるくん



～おかげさまで部員数300名突破！！好評活動中～



「親子でもっとおいしくごはんを食べよう！」を合言葉に、お米に関するさまざまなイベントを行っている「もぐもぐごはん部」。

とちぎ米の認知度向上及び消費者との交流を目的として活動しており、現在の部員数はおよそ**340名**！

今後も随時部員募集中です！
今回は活動の様子をご紹介します。

12月 ～フィンガーフードごはんづくり～

コーンやかにかまを使った色とりどりのひとくちサイズのおにぎりを作りました。写真のような出来上がりでとても可愛らしいです♪

今年のクリスマスは例年と異なり様々なイベントが中止になってしまいました。そんな中でオンラインで楽しくおいしいイベントになりました。



ひとくちサイズで
とっても食べ
やすいです！



1月～おいしく腸活♪甘酒入り コクうまキーマカレー～

甘酒を使ったカレーというちょっと変わったレシピだったり、健康にいい腸活！ということで今回も多くの方にご参加いただきました。カレーに合うお米といえば「とちぎの星」ということで参加者のなかでもとちぎの星で召し上がった方も多くいらっしゃいました。



とってもオシャレで
見た目GOOD☆彡



今後も消費者の皆様がとちぎ米により関心を持っていただける活動を実施し、とちぎ米のさらなるPRに取り組むのはもちろんこと、子どもたちにごはんのおいしさを伝える機会づくり、親子での食農体験など、食育活動等もどんどん企画して参ります。活動に興味を持たれた方は、下記URLをご覧くださいか『もぐもぐごはん部』で検索をお願い致します。

❀もぐもぐごはん部ホームページ【 <https://www.tochigimai.jp/mogumogu/> 】

麦類の生育と当面の管理

J A 全農とちぎ 米麦部

1 気象経過

気温は11月に平年より+1.4℃高く、12月は+0.1℃、1月も+0.3℃でほぼ平年並に経過し、2月は上旬+1.3℃・中旬+3.0℃でかなり高温に経過しました。日照時間は、11月に平年比112%、12月103%、1月92%、2月上旬121%・中旬130%と多く経過。降水量は、11月平年比16%、12月は0%と過去30年間で最も少なく、1月は58%、2月上旬0%・中旬214%と前半はかなり少なく経過しました。



ニューサチホゴールデン
(農業試験場 2月19日撮影)

2月18日発表の1か月予報では、気温は平年より高い見込みです。日照時間は少なく、降水量は平年より多い予想となっています。

2 生育概況

2月19日の農業試験場における生育調査では、ビール大麦（ニューサチホゴールデン）の生育は、草丈は平年比87%、茎数は平年比114%、葉色（SPAD値）は平年比113%。葉齢は平年より0.5枚多く、幼穂長は平年比65%、幼穂長は平年比94%で、幼穂分化程度は「Ⅸ前期～Ⅸ中期」の段階であり、平年より0.1ランク遅れていました。（平年基準日2月20日）

3 技術対策

麦踏みの実施

茎立ちの早期化を抑えるとともに穂揃いを良くするため、茎立期（3月中下旬頃）直前までにもう一度、麦踏みを実施しましょう。

排水対策

今後の大雨に備え、排水溝の整備点検をし、降雨時等に速やかに排水できるようにしましょう。

農試本場（宇都宮市）における生育概況

2021/2/19

品種名	年度	草丈 cm	茎数 本/m ²	葉齢	葉色 SPAD	幼穂長 mm	幼穂長 mm	分化 程度
ニューサチホ ゴールデン	本年	12.8	1510	6.8	45.2	3.7	2.1	7.6
	前年比差	67%	79%	-0.6	106%	63%	73%	-1.6
	平年比差	89%	114%	0.5	113%	65%	94%	-0.1
サチホゴール デン（参考）	本年	12.1	1456	6.7	45.6	3.7	2.1	7.6
	前年比差	59%	74%	-0.8	111%	63%	77%	-1.8
	平年比差	87%	114%	0.4	116%	77%	97%	0.1
シュンライ	本年	8.2	938	5.6	51.0	3.0	1.1	5.7
	前年比差	62%	81%	-1.0	109%	68%	67%	-2.0
さとのそら	本年	9.8	1370	6.6	55.2	3.0	0.7	3.4
	前年比差	62%	70%	-1.0	123%	69%	52%	-2.5

※平年値

ニューサチホゴールデン及びサチホゴールデン：平成25～令和元年度（7年間）

シュンライ、さとのそらは2年目につき平年値無し

播種期：11月6日（前年11月7日・平年11月6日）



「いちごゆめファーム」4作目試験結果について とちあいかの年内収穫量向上技術の実証



いちごゆめファームとは、JA全農とちぎが平成29年8月から栽培をスタートした「いちご栽培実証施設」です。4作目より「とちあいか」の試験栽培をスタート。今回は、今作で取り組んだ試験内容について情報発信します。

●試験概要

- ①目的: とちあいかの花芽がしやすい品種特性を活かし、年内の高単価時期の収量向上を図る。
- ②試験方法: 夜冷処理及びクラウン冷却を組み合わせた試験を実施する。
- ③試験期間: 令和2年6月～令和2年12月(育苗含む)
- ④試験概要: 定植直後からクラウン冷却を実施。生育に及ぼす影響を調査する。
試験区: 定植直後～1次腋果房分化まで冷却を実施する。
無処理区: クラウン冷却なし。
- ⑤収量目標: 年内収量820kg(単収: 1.6トン) ※供試面積: 1棟(0.5a)

※4作目のいちごゆめファーム4作目の栽培概要

とちおとめ栽培面積: 3棟(1.5a)

とちあいか栽培面積: 1棟(0.5a)



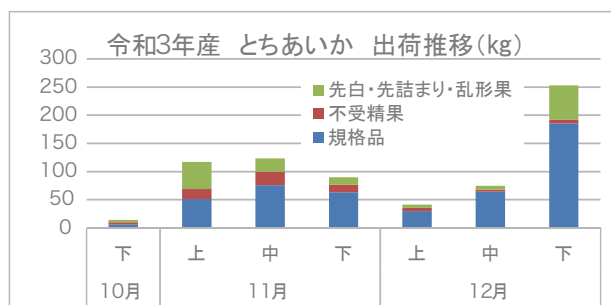
●試験結果

①出荷重量実績及び出荷推移

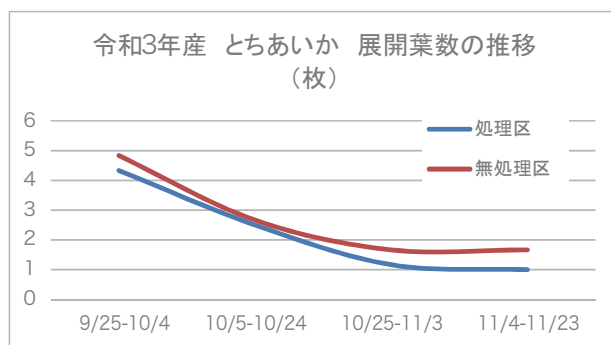
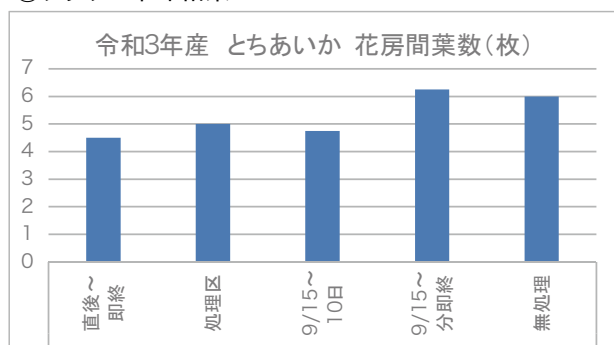
作型	品種	収量(kg/10a)			
		10月	11月	12月	合計
ゆめファーム	夜冷 とちあいか	147 (147)	660 (103)	737 (82)	1,544 (94)
目標値	-	100 (100)	640 (100)	900 (100)	1,640 (100)

※ゆめファームの株は、クラウン冷却を実施

※ゆめファームの収量は、0.5a分の収量を2倍にした値



②クラウン冷却結果



●総括・検証

- ①夜冷とクラウン冷却処理を施す事で、年内の早い段階からの収穫が可能となり、一定程度の収穫量を見込める事が分かった。
- ②花房間葉数が少なく、花芽が多いことから、後半のなり疲れが不安視されるため、暖候期以降の栽培管理に注意が必要。

●今後の栽培管理

今後は地温の確保も容易となるため、終日でハウス内温度を厳寒期よりも低めに管理し、定期的な追肥と、適切な灌水を行っていきます。



Facebook

いちごゆめファームでは、今後も更なる高単収実証施設となるべく、JA・各関係機関と連携しながら適宜情報発信をしてまいります。

とちおとめカクテル

おうちで
作ろう♪

ホーム・レ・フリーズ

材料

- | | |
|-----------------------|------------|
| 1. 栃木のとちおとめ | 2~3粒すりおろし |
| 2. キリンウイスキー陸 | 20ml |
| 3. 午後の紅茶ミルクティー | 60ml |
| 4. 生クリーム | 15ml(大さじ1) |
| 5. コンデンスミルク | 5ml(小さじ1) |
| 6. シナモンパウダー、シナモンスティック | お好みで |

作り方

1. 材料の1~5をグラスに入れて良く混ぜ合わせる。
2. お好みで6トッピングしたら完成！

『BAR CRAIC』 柿沼さん考案(宇都宮カクテル倶楽部所属)
なかなか外にカクテルを飲みに行くことができない状況
の中で、とちおとめカクテルの「レ・フリーズ」を
自宅でも楽しんでいただけるようにアレンジしました。



とちおとめオールドファッションド

材料

- | | |
|--------------|------------|
| 1. キリンウイスキー陸 | 500ml (1本) |
| 2. とちおとめ | 1バック |
| 3. オレンジスライス | 少々 |
| 4. レモンスライス | 少々 |
| 5. ライムスライス | 少々 |
| 6. 氷砂糖 | 50g |

作り方

1~6を瓶やジップ
ロックに入れ、冷蔵庫
で2~3日漬け込む。
少しだけソーダで割っ
て飲むのがおすすめです。

『パークアベニュー』 福田さん考案(宇都宮カクテル倶楽部所属)
とちおとめと陸をたっぷり使った漬け込みウイスキーです。
梅酒ほど糖分濃度は高くないので出来上がり後はお早め
にお召し上がりください。



宇都宮カクテル倶楽部と麒麟ビール株式会社栃木支店と共同考案する
「お家につくろう とちおとめカクテル2020」を発表しました。
2009年から毎年、2月中旬~5月頃のイチゴの季節に「栃木県産とち
おとめ」を使用したオリジナルカクテルを加盟店にて販売していましたが、
コロナ禍でなかなか外にカクテルを飲みに行くことができない状況の中、
自宅でもカクテルを楽しんでいただけるよう、昨年発表した「とちおとめ
カクテル2020」をアレンジした“お家用レシピ”を考案しました。



小麦のタンパク値を高めましょう！

高タンパク(12%以上)の小麦「タマイズミ」が求められています！

タンパク値が低いと製粉業者からの需要が減少してしまいます…

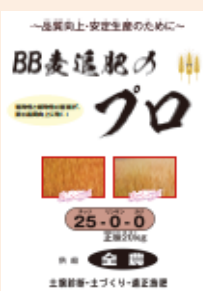
追肥をしましょう！

基肥（例：オール 14 のみ等）だけでタンパク値は上がりません。

出穂期の止葉の葉色が「48」以下の場合は開花期頃に追肥（窒素成分で 2～4kg/10a）を行うことでタンパク値を向上させることができます。

（※葉緑素計 SPAD-502 で測定）

追肥専用肥料「麦追肥のプロ」なら 3 月頃の施肥、「尿素」は 5 月頃の施肥が可能です。



麦追肥のプロ

追肥専用で、**速効性と緩効性の 2 種類の窒素**が配合されています。出穂から成熟期まで長く効くため、タンパク値向上が期待できます。

尿素

水によく溶ける。速効性である。稲わら・もみ殻堆肥作りに使用できる。10a あたり 1～3 袋施用。

基肥一発肥料がおすすめです！

小麦は収穫直前に追肥をすることで、タンパク値が高まります。しかし、5 月の繁忙期は田植え作業等でなかなか追肥をすることは大変です。施肥を省力化するために基肥一発肥料の「タマイズミ専用 866」がおすすめです。

基肥一発肥料「BB.タマイズミ専用 866」

・・・ タマイズミの品質向上を目的として開発された BB 肥料です。被覆尿素の割合を高めた肥料となっており、被覆尿素が窒素成分 18%のうち 12%配合してあります。60kg/10a（3 袋）の施肥がおすすめです。



クロルピクリン剤の使用に関するお願い

安全使用のために必ず守りましょう！

☑ 周辺住民に配慮

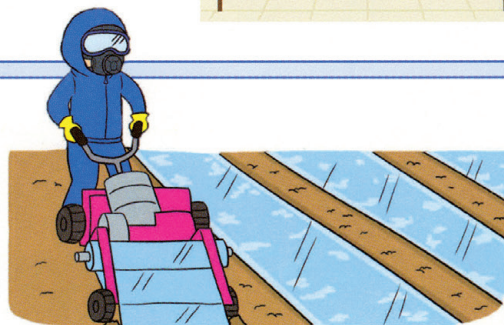
□ 周辺住民に説明・事前周知

周辺住民に、使用目的や使用日時を前もってお知らせしましょう。



□ 被覆をしっかりと実施

きちんと被覆をしてきた方も改めて基本を徹底しましょう。



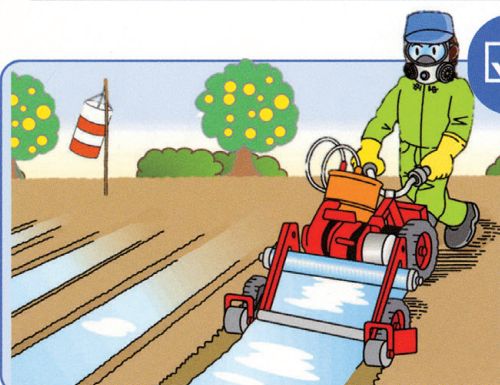
□ 追加対策の実施

風向きに注意することはもちろん、難透過性資材の活用などで更にリスクを低減しましょう。



☑ どんな場所でも必ず被覆

周辺住民の方々や自身のためにも、薬剤の効果を発揮させるためにも、必ず正しく被覆をしましょう。



見直そう！
農業機械作業の
安全対策

- ✓ シートベルト
着用の徹底
- ✓ 機械の点検
清掃時での
エンジン停止
- ✓ 労働保険の
加入促進
- ✓ トラクターの
安全フレーム
装着



デザイン／2020年農作業安全ポスターデザインコンテスト 日本農業新聞賞 三重県 佐々木美樹子

2021年 春の農作業安全月間

 **JAグループ**

イラストは、農林水産省の
許諾を得て使用しています。



JAふれあい食材オリジナル米粉レシピ 3月



JAふれあい食材

米粉のフォカッチャ

米粉のもっちり感が美味しいフォカッチャです。
シチューやスープと一緒にどうぞ

【材料】（4個分）

強力粉・・・200g
米粉・・・50g
砂糖・・・10g
塩・・・4g
ドライイースト・・・3g
オリーブオイル・・・大さじ1
ぬるま湯・・・160ml
オリーブオイル・・・適量
ハーブソルト・・・適量

【作り方】

- ① ボウルに強力粉と米粉を入れてよく混ぜ合わせ、そこに砂糖、塩、ドライイースト、オリーブオイルをのせる。
- ② ①にぬるま湯を加えて手早く混ぜ合わせ、ひとまとまりになったらボウルから取り出し、台の上で表面がなめらかな状態になるまでこねる。丸め直してボウルに戻し、ラップをかけて発酵させる。
- ③ 約2倍くらいに膨らんだら、手で生地を押してガス抜きをし、4等分にして丸め直す。めん棒で厚さ1cmの丸型に伸ばし、天板の上に並べて二次発酵させる。（40分）
- ④ 指で生地に4～5個のくぼみをつけ、表面にオリーブオイルを塗ってハーブソルトを振る。
- ⑤ 200℃に温めたオーブンで15分程度、焼き色がつくまで焼く。

JA全農とちぎ 生活総合課

〒321-0905 平出工業団地26-4

TEL:028-664-2990

FAX:028-664-3305



野生を食べる 132 ノチシャ

ノチシャはヨーロッパ原産の野草であり、現地でもサラダ用に摘まれているらしい。江戸時代に長崎あたりに導入され、その後各地に広まり雑草化した。栃木県でも一部に見られる。名前の由来はチシャの野生版だが、今やチシャという言葉を知る若者は絶滅危惧である。昔は生野菜サラダにおけるチシャの存在感は大きかった。しかし、次第にレタスに置き換わるようになり、知らない若者が増加したという次第。葉を見れば確かにチシャを連想するが、花を見ればチシャのキク科ではなく、やや遠縁のオミナエシ科となる。



料理メモ

葉の摘みごろは3月下旬であるが地味な葉っぱでなかなか気づきにくい。私も4月になって花を見て「これ何？」と気づき、ノチシャとわかって試食しようと思えば葉はすでに固く、翌年の3月までおあずけであった。利用法はやっぱりサラダしか思い浮かばず。写真1はミニトマトとのサラダにジャコとミモレットチーズを振りかけた。写真2はアボガド、薄切りタマネギ、タコとのサラダに市販のドレッシングをかけた。味は特に特徴がなくチシャの代用としては十分に使える。葉が小さいのでそのまま使えるのもいい。

(aida)



写真1



写真2

編集後記

最近ジブリ映画を見ることが多いです。ジブリ映画と言えば、様々な名曲ですよね。そこで、「猫の恩返し」の「風になる」を演奏したいと思いピアノに初挑戦。短時間の練習を重ねた結果、たどたどしい弾き方ではありますが、サビのみ演奏できるようになりました！新しい事に挑戦するのは大変ですが、やっぱり楽しいですね。

(高田)



発行：JA全農とちぎ 担い手支援課

TEL 028-616-8838

FAX 028-616-8819

生産者のみなさまへ

LINE@
友だち募集中!

ID: @jatochisaposen

コードを読取るか、IDで検索

担い手サポートセンターが
生産者のみなさまを
LINEを通してしっかりサポート!

担い手サポート
センター通信を
お届け!

栃木県の
防災メールを
お届け!

お役立ち情報を
タイムリーに
お届け!

スマホで
見れる!

災害情報を
いち早く
確認!

肥料情報や
イベント情報を
お届け!