

# 信州四賀 たべくら農園だより

## ハウスの守りと冬の楽しみ

先月は全国的に大寒波がやってきましたが、皆様のお住まいの地域は大丈夫でしたか？松本や四賀の辺りは雪が少ないために逆に冷え込みが厳しい土地なのですが、それでも厳冬期には、今年は暖冬で、1月半ばになっても雪など降る気配も無かったのですが、今回の寒波では一晩で30センチ近く積りました。雪は水分ですから非常に重く、スチールパイプで出来たビニールハウスなどは雪を降ろさず放って置けば、車を上に載せているようなもの。簡単に潰れてしまいます。たべくら農園にはうん十萬円のハウスが4棟あるので、潰れたら一大事です！ハウスの中で弱いストーブを焚いたり火鉢を焚いて天井の雪を溶かしてみたり、下からトントン突いて落としてみたり、夜中も見回りしてどうにか無事に守りきることが出来ました。土地柄、雪国ではないがために雪対策に慣れておらず、周りでは何棟か潰してしまったという話も聞きました。極端な気象現象の多いこの頃、冬も気が抜けません。

そんな冬を過ごしておりますが、この時期の農家ならではのお楽しみもあります。それは保存食作り。年末になり農作業の手も空いてくると大きな樽に野菜を仕込み、自家製お漬物を作ります。寒い信州では樽を外に近い場所に置いておけば腐ることなく冬の間中、楽しめます。今回は昨年に引き続き「たくあん」と、初挑戦の「赤カブ漬け」を作ってみました。たくあんは大きく育たなかった小ぶりの大根で作ったので、食べきりサイズ。美味しく漬かって食べ頃になったので、皆様にも少しおすそ分けです。たくあんは樽から出すと味が変わりやすいので、お早めにお召し上がりください。

### ◎ 今週の一枚 ◎



土中に埋めた野菜も雪の下から掘り出しています

もし酸味が出てしまった場合は細かく切って炒め物に入れても美味しく召し上がれます。

昨年度好評いただいた干し柿を、今年も皆様にお届けしたくて初冬にたくさん作っていたのですが、悲しいことに暖冬の影響で全てカビてしまいました…。残念です。楽しみにしてください。くださった方にはゴメンナサイ、また来冬をお楽しみに。

## ●●● 今回のお届け内容 ●●●

### 【S・M共通】

- じゃがいも : ホクホク系のキタアカリはどんな料理にも映えます
- にんじん : 細めなので生でにんじんスティック等にも
- 大根 : 使いやすい小ぶりの大根です。生食でも火を通して◎
- カボチャ : ホクホク系の白皮カボチャ。煮物やソテーもオススメ
- カブ : 貯蔵のため葉無しですが、甘みが強い美味しいカブです
- 小松菜 : クセが少なくシャキシャキ美味しい。おひたしや炒め物にも
- にんにく : いろいろな料理に使える万能スタミナ野菜

### 【Mのみ】

- 玉ねぎ : 小ぶりですが火を通すととっても甘～い玉ねぎです
- タアサイ : 見た目に反して味は淡白な中国野菜。塩胡椒炒めが抜群！
- 水菜 : 生でシャキシャキサラダにも、この季節はお鍋もオススメ
- ほうれん草 : 中心部の葉が少々縮れていますが、食味はバツグンです

【おまけ】 たくあん：保存料無しのため、お早めにお召し上がりください

## もっと食べ暮らかんたんレシピ <つゆから手作りおでん>

冬の大根は甘みがあってみずみずしくて、煮ても生でもとっても美味しいですね。たべくら農園の秋冬大根は実は別名「おでん大根」といわれる品種なんです。でもおでんで食べると美味しいのが由来なのではなく、寸胴型で輪切りにしやすいからなんです。もちろんおでんも絶品です。たくさん作っても日に日に味がしみこみます。

材 料：水2リットル、鰹節または鰹だしのもと 多め、昆布 適量、塩&砂糖各大さじ1、みりん&酒各大さじ2、醤油大さじ4、大根、練り物、こんにゃく、ゆで卵等

作り方：大根を3センチ程度の輪切りにし、竹串がすっと通るまで下ゆでする。こんにゃくは大きめに切り1分程度下ゆでする。昆布を入れてお湯を沸かし、鰹節(だしのもと)と調味料を入れて沸騰したら用意した具材を入れる。弱火で10分程度煮込んだら火を止めて、自然に冷まし味をしみこませる。

