

# あいぶらんど通信

2012年  
2月 27 (月)  
NO. 32  
あいぶらんど運動  
推進委員会発行

## 甘くて美味しいいちごの理由を発見！！

2月9日（木）、いちごの生産者である内藤さんのいちご畑へ行き、取材をさせて頂きました。仙台から北へ約50キロ美里町に位置し、雪も寒さもだいぶ違います。あいコープとの出会いは、仙台共同購入会設立当初からで、かれこれ32年のお付き合いということ。その間、列車3両貸切で小牛田まで500人の組合員がいちご狩りに参加し、交流会をしたという思い出があるそうです。

いちご生産へのこだわりは、土壌消毒をしないことと、出来るだけ農薬を使用しないことが他のいちごとの大きな違いです。受粉もみつばちが行いますので、自然に近い状態でいちごが育ちます。有機肥料は春から秋にかけて、いちご畑が水田に代わることで、その糠やもみが利用されます。内藤さんは少しずつ仲間の生産者が辞めていく中、安全で安心ないちご作りのこだわりを持ち続けてくださったおかげで、私達は美味しいいちごを頂けると感謝の思いでいっぱいになりました。



みつばちの巣箱



ハウスを加温する機械

ハウスの中を一定の温度に加温するのに燃料代がかかります。10年前から比べると2倍の燃料代がかかるのは、大きいそうです。みつばちは、九州から取り寄せているとのこと。



## 一粒一粒大事に育てています！



内藤さん

芽かきも丁寧に行わないと立派ないちごに育ちません。

土作りに気を使います。一般的には連作障害を防ぐために、強い土壌くん蒸剤（消毒）が使用されますが、これを行わず、太陽光の熱を利用して殺菌します。

一般では、店頭に並ぶまでの時間を考慮して、まだ実が固く、赤くなりきってない状態で収穫しますが、出来るだけ組合員さんが美味しい状態で頂けるように収穫しています。

震災の影響で、ご自宅も全壊。ハウスにも影響がありましたが、何とか復旧出来ました。内藤さんご自身が怪我をされたので、中腰の作業は大変で、ひざをついてなさっている様子でした。このようなご苦労があつてのいちごを大事に頂きたいと思います。「組合員さんの要望（注文）すべてに答えたいが申し訳なく思っている」という内藤さんの言葉を聞いて、逆に組合員に出来ることは何か考えさせられました。これからもあいぶらんどのいちごを応援していきたいです。

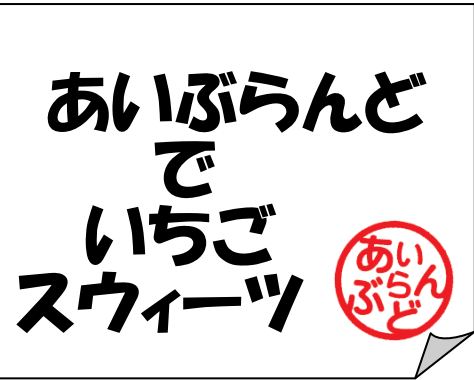
あいぶらんど運動推進委員担当理事 高橋 千佳

### 職員コラム

「私とあいぶらんど」

事業部 竹内 康雄

私が一番思い入れのある商品といえばもちり米粉パンですね。あいコープに入った時自分で利用して商品の事を勉強しなければいけません。しかし家族暮らしの料理しない私にとっては難しく感じていました。とりあえずパンなら焼くだけ良いし、それならと思い買ってみたらモチモチしていて米粉のパン自体はじめて食べたこともあり、その食感にビックリ！これなら何個でも食べられると一袋を一気に食べたわけです。米粉を使った食品は腹持ちが良いことを知りわはわの商品を利用するようになりました。もちり米粉パンが丸い理由、それは障害者の方々が作りやすい形だから。それを知った時いい話だと思ひ、それからはぶどうたっぷり米粉パンともちり米粉パンは私の趣味である釣りのお供になりました。



ゼーンぶ試してみ、食べて感想、頂戴ね！

### 【完熟いちごの美味しいソース】

いちご1パックに大匙1と半分ぐらいの砂糖をまぶし、2分程度火にかけて、いちごをフォークなどでつぶしてソースを作ります。これを作れば、ヨーグルトにも、ホットケーキにも使えます。

丁寧にピューレにしておけば、ケーキづくりに使えます。

### 【イチゴの菱寒天】

1. いちごのヘタを取り、砂糖 60gをまぶし 30分ほどおき、レンジで5分加熱して冷ます。
2. 1をざるでこしていちごシロップにし、牛乳を加え 500mlにし、粉寒天1袋をかき混ぜながら煮溶かし、桃色の牛乳寒を作り、型に流す。
3. 2が固まる頃、牛乳 500ml と粉寒天1袋、砂糖60gで白の牛乳寒を作り、2の

今は、配送時に「欠品」のお知らせにドキドキですが、もう少しすれば、いちごの完熟と競争です。

旬の小牛田のいちごは、本当に香りも、色も、そして味も天下一品です。

いまは、運よく配送されたいちごを、少しずつ、大事にいただきますが、旬がきたら、早く食べないと、もったいないことになってしまったり…。

そんなときにお役立てください。

上に流す。

4. 同様に抹茶を加えた牛乳寒を 3 の上に流して固め、一口大の菱形に切る。  
※桜の葉の上に並べると香りが移ってよりおいしくなります。

ゼラチンと違い、層がはがれやすいので、次の層を流したら竹串などで数箇所穴を開けるとよいでしょう。

残ったいちごはヨーグルトなどにかけるか、レモン汁・砂糖を足してジャムにしてお召し上がり下さい。

(仕上がり写真をあいコープのHPでご覧ください)

### 【いちごドレッシング】

完熟のいちごをつぶして、ジュースごとオリブオイル・塩・酢に混ぜて、出来上がり。

ホタテの刺身や、白身魚のムニエルなどにどうぞ。

### 【いちごジェラード】

冷凍したいちご400gに、牛乳50ccと、花見糖またはてんさい糖大匙3を混ぜて、フードプロセッサーにかけます。好みの硬さになったら、出来上がり。

小牛田のいちごならではの、おいしいジェラードです。



届けよう、あいごはん。作ろう、あいごはん。  
頂きます、あいごはん。ありがとうございます、あいごはん。

### 【いちごのシフォンケーキ】

材料

卵 大3個 / 花見糖 90g / 米粉 80g  
菜種油 1/4カップ / 牛乳1/4カップ  
お好みでホイップした生クリーム

卵黄に砂糖半分、油・牛乳を入れよく混ぜる。別なボウルに卵白を入れ、残りの砂糖を3回に分け入れながら泡立てる。角が立って、ボウルを逆さまにしてもたれない位のメレンゲにする。はじめのボウルにメレンゲ1/3を入れ、下から混ぜ、残りのメレンゲも入れ、ざっくり混ぜ合わせる。最後にいちごのピューレを大匙1~2を好みで入れて、170度のオーブンで40分から45分焼く。焼きあがったら、型のまま逆さまにして冷やし、十分に冷えてから型からはずす。

全体にいちごの香りをつけたいときは、卵黄の方にピューレを混ぜます。マーブルでよければ、最後に混ぜます。

いちごを冷凍するときは、砂糖をまぶしたほうが、料理がしやすくなります。

今にもジュースになりそうなほど完熟状態のときは、冷凍がお勧めですよ！

「試してみました！」を(まんま通信れんらくカードにて)、どんどんお寄せください。

あいごはんマイレシピ	今回のお題	いちご	
お名前		組合員番号	
提出日 年 月 日			