

- ①当園ホームページ <https://www.sirakaba.site>
(代金引換・カード決済・分割発送など柔軟な対応が出来ます)
- ②ショッピングサイト(ヤフーショッピング、アマゾン)の店中『しらかば農園』で検索！(代金引換・クレジットカード決済)



『夏大根の収穫』

青森・秋田を襲った断続的な記録的大雨で、秋田県では各地で河川の氾濫、土砂災害、農業被害等がありました。秋田県と青森県の県境に

位置する十和田湖高原「田代平農場」においても同様で、大雨による農場道路の破損が一番大きく、お盆明けは社員総出で農場道路の修復作業、土砂で埋まったU字溝の土砂上げに追われました。水没する圃場は無かったもののその後も断続的に続く雨で畑に入る事が出来ず、秋大根の種まきが遅れてしまう影響が今も続いています。

毎年7月下旬～8月末は夏どり大根の収穫最盛期になります。葉の収穫だけを目的とした「葉大根」の収穫を含め毎週1～2回は社員全員で収穫します。今年は梅雨時期から続く長雨と日照不足、6月の低温による生理障害もあり、種まきした時期によっては収量の良くない圃場もありました。また、立派に育った夏どり大根の収穫適期と大雨が重なり水没寸前の大根畑で収穫した日もありました。今年は大雨で平年以上に栽培管理が難しい年になっています。9月はニンジンの収穫も始まり、秋どり大根、稲刈りと収穫繁忙期を迎えますが、何よりも今後の天候回復を心から祈るばかりです。



大雨の中での夏大根収穫

豊富な食物繊維+血糖値上昇と脂肪の吸収を抑えるスーパーフード

便秘で悩む方に超お勧め! 「菊芋スムージー」

『菊芋ペースト』好評発売中!

菊芋の風味をそのままに、菊芋の栄養を丸ごと摂れる「菊芋ペースト」は、1年中菊芋を欠かさず食べたいお客様や生菊芋独特の風味が苦手なお客様に大好評です。生より甘みが増し、クセがなくなり食べやすい味です。1袋100gで35kcalの低カロリー。健康を気遣う方や食事制限されている方へお勧めです。(1日の目安は、50～100g)



冷凍食品 **2袋増量キャンペーン中!** **お得**

- ・1セット(100g×計 7袋 約14日分) 3,120円
- ・2セット(100g×計 14袋 約28日分) 5,280円
- ・3セット(100g×計 21袋 約42日分) 7,560円
(全て税込・クール便送料込)



お味噌汁に溶かして



ヨーグルトへトッピング



スムージー

お味噌と混ぜて「味噌ディップ」やお肉の「ソース作り」、お菓子作り、カレー、グラタン、介護食等に…簡単便利に使えます。

編集後記

農場だよりでもお伝えした青森・秋田県の記録的大雨では、12日深夜に地元秋田県鹿角市北部付近で1時間に約100mmのバケツをひっくり返すような猛烈な雨が降りました。9日～14日にかけての降水量384mmに達し、平年8月の降水量の2倍が短期間で降った事になります。深夜の大雨、凄まじい雨音と雷鳴で、とても眠れない不安な夜を明かし、雨がおさまった朝早くに被害状況の確認に出掛けました。当園の大型ハウスや田んぼには被害は無かったものの、市内各地で河川の決壊、土砂崩れによる被害があり、平成25年の激甚災害指定を受けた豪雨災害に匹敵する無残な被害状況でした。土砂被害による人的被害は無かったものの、河川の決壊で稲穂が土砂に埋まった田んぼを見掛ける度、同じ農業を営む者としてやり場のない、悔しい気持ちになりました。床下浸水や長引く断水があった従業員宅もあり、今も復旧作業が続いています。比内地鶏を飼育する鶏舎が流されて廃業する農家、米の収穫が一切出来ない農家等、被害から立ち上がり、再び農業を再開させる気力と情熱を取り戻せるような県や国の早急な支援と補償を与えて欲しいと願います。当園でも大雨が続く農作物の生育への影響に注視しつつ、今年を乗り切れるよう気力を絞り切ります。

■材料 (1杯分)

- ヨーグルト 50ml
- 豆乳 50ml
- 菊芋ペースト 50g (1袋の半分)
- バナナ 1/2本

<作り方>

材料全てをミキサーにかけて出来上り! 冷たいのが良ければペーストは凍ったままでOKです。



※満腹感もあってダイエットにも最適です。

これからの季節にお勧め! 「菊芋のクリーミーポタージュ」

体に優しいスープ

■材料 (約3人分)

- 菊芋ペースト 200g(2袋)
- 玉ねぎ 小1個
- 牛乳 300cc
- 野菜スープ 300cc (コンソメ・チキンストックでも)
- バター 大1
- 月桂樹の葉 1枚
- 塩・ブラックペッパー 適量

<作り方>

- ①薄くスライスした玉ねぎをバターで少し色がつくまで炒め、菊芋ペーストを加えて、さらに炒める。
- ②野菜スープ(又は分量の水とコンソメ)、月桂樹の葉を加えて煮る。
- ③牛乳を加え、塩、ブラックペッパーで味を調えます。



※ペースト状なのでミキサーする手間が省けます。パスタを入れて「スープスパゲティ」もお勧めです。

『採れたて野菜プレゼント』ご応募募り中!

しらかば農園で栽培した無農薬・有機栽培の「大根、人参、ゴボウ」など、「野菜詰め合わせセット」を抽選により、20名様へプレゼントします。

味が染み込みやすい栄養満点な葉付き大根、香り豊かな新鮮なゴボウ、寒暖の差で甘みが増したニンジンなど、野菜スープの原材料に使用している当園自慢の野菜達を、実際に目と舌でお確かめ下さい。

必ず応募テーマについてご記入の上、お申込み下さい。

〒018-5421 鹿角市十和田大湯字しらかば農園
「採れたて野菜」プレゼント係

・会員番号
・お名前
・ご住所、電話番号
・今回の応募テーマ
官製ハガキに必要事項をご記入の上、ご応募下さい。

*** 応募テーマ ***

「コロナ禍3年目の夏について」
又は
「我が家の自然災害への備えについて」

応募ハガキは10/21必着です。