しらかば通信10月号 2023 Vol.263

＜ご注文フリーダイヤル＞ 0120-17-4181
～～ インターネットからもお手軽にご注文出来ます ～～
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）出店中
『しらかば農園』で検索！（代金引換・クレジットカード決済）

農場だより

『実りの秋到来！』

全国各地で記録的な暑さとなった今年の夏。特に北日本・北陸では極端な高温・少雨となり、秋田市では「140年で1番暑い夏」と評され、観測史上気温の記録を次々と塗り替える歴史的な夏となりました。夏は冷涼な十和田湖高原「田代平農場」でさえ、今年は高温少雨の影響で、夏大根は品質・収量低下は避けられませんでした。今までにない酷暑の中での草取作業は忘れられない経験となりましたが、地球温暖化・気候変動は今後も続き、局地的集中豪雨や異常高温は、農作物や人にも厳しくこれまでと異なる四季の変化や昔からの土地柄に合わせた慣行的な栽培では成り立ち難い、より高温に適応した品種選定や栽培技術等の気候変動への適応策が求められます。

9月中旬から始まった人参は品種「時無五寸」の収穫最盛期を迎えています。昨年は日照不足と長雨による根腐れで不作だった人参ですが、今年は平年並みの品質と収量が収穫され、安堵しています。10月は天日乾燥米の脱穀、秋大根、各種人参、牛蒡の収穫と続き、1年で一番忙しく、やり甲斐のある「実りの秋」を迎えています。11月は終盤の秋大根と菊芋の収穫を控えます。

人参収穫作業

只今、じっくりと天日に当てて、
稲穂の養分が米粒に浸透中です。

新米「あきたこまち」ご予約承り中！

十月下旬発売

９月末に稲刈りを行い、米本来の旨みと甘みを引き出すため、只今、じっくりと天日乾燥・追熟中です。
種籾の温湯種子消毒、徹底した手作業による除草管理でなるべく農薬を使わない栽培をしています。
天日乾燥のお米本来の美味しさと１４年連続で特栽米の厳しい栽培基準に合格した安全なお米をご自宅用、ご贈答に自信を持ってお勧め致します。

新米

精米仕立てを真空パック！

天日乾燥×特別栽培米

令和5年産 **あきたこまち（天日乾燥米）**

- **６kg…3,920円**（真空パック2kg×3）
- **２kg…1,800円**（各商品 税込・送料込）

※年間定期購入ご契約者は3%引です

予約注文承り中

※お好みに合わせ精米白度が選べます。
（玄米・5分づき・7分づき・白米）…組み合せも出来ます

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

「菊芋ペースト」好評発売中！

菊芋の自然な甘みと風味、栄養価を最大限に引き出した「低温スチーム調理」によるペーストです。
１年中菊芋を欠かさず食べたいお客様や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、ダイエット食などにお勧めです。（１日の目安 50～100ｇ）

大好評！ **２袋増量キャンペーン**

冷凍食品

- ・1セット（100g×計 7袋） 3,120円
- ・2セット（100g×計14袋） 5,280円
- ・3セット（100g×計21袋） 7,560円

クール便でお届けします （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

※効果的な食べ方として、朝食前に菊芋ペーストを食べる事をお勧めします。菊芋の水溶性食物繊維は大腸内で水分を吸収し粘着性により、糖質の吸収を緩やかにする為、食後の血糖値の急速な上昇を抑えます。

安全 「秋田県特別栽培農産物」の認定取得！（１４年連続）

たい肥による土づくり、農薬・化学肥料は慣行栽培の半分以下の使用に抑えた「人・環境」にやさしい安全・安心なお米です。確かな証明として「特栽米」秋田県認定シールが貼られます。

美味 天日乾燥米…「天日の力で凝縮された旨味と甘み、艶やかな米」

天日乾燥米は、太陽の下でじっくりと時間をかけて優しく乾燥させる事で、稲穂の油分、栄養分、甘みが米粒に行き届いたお米です。また、流通するお米の水分含量は 15%以下ですが、天日乾燥で 16%程で仕上げます。お米の水分が高いほど瑞々しく旨みがあり、炊き上がりの艶やかさが違います。徹底した水分管理と生産者直送ならではのお米です。

寒暖の差と奥羽山脈の清らかな水が育てた本場「あきたこまち」

旨味・甘み・粘り・歯ごたえが程よいバランス型のお米です。おかずを引き立て、毎日食べても飽きない美味しさです。冷めても味が落ちないので、おにぎりやお弁当にもぴったりです。

鮮度 ２回挽き精米＋脱酸素剤入り真空パックで鮮度にこだわります

真空パックのお米の保存期間は、常温（30℃以下）で約１年間が目安ですが、今年より脱酸素剤を真空パックに封入し、さらにお米の酸化を防ぎ、鮮度維持が保てるようになりました。
冷蔵庫で保管する場合は約２年間が目安となり、虫の発生が無く、鮮度維持した長期保存や備蓄米としても活用出来ます。
また、低圧力・低温で２回に分けて精米する「２回挽き精米」を採用。１回で精米するより酸化しにくいお米となります。

今年の夏大根は辛味が強い！ 野菜スープへの影響は？

農場だよりでもお伝えしましたが、今年は全国各地で記録的な高温・干ばつにより、夏大根の主力産地である北海道、青森では品質・収量低下・肥大不足で高値が続きました。
また、これからの季節で需要が増す秋冬大根の産地千葉県でも台風 13 号が産地を直撃。今後の天候次第で大根の出荷量や値動きも大きく左右されると言われています。鍋物に多く使う季節、大根は気兼ねなく食べたいものです。

10 月にお客様に届く野菜スープは、8 月に収穫した夏大根を使用しています。今年は暑さで平年より辛味の強いものが収穫されました。大根は収穫する季節によって辛みに差があり、夏大根は辛く、秋冬大根は辛味が控えめです。理由として、夏大根は暑さや害虫から身を守る為に辛み成分「イソチオシアネート」の含有量が多いのが特徴です。
この辛み成分はポリフェノールの一種で、水溶性で熱に強く、抗酸化作用や殺菌、ガン予防に効果があると言われます。
野菜スープは収穫した原材料（大根、人参、牛蒡）の品種や収穫時期によって、味が若干変わるため、通年で同じ風味や味わいではありませんが、今年の夏大根で作った野菜スープは若干甘みが抑えられた感じがします。但し、夏大根特有のポリフェノールで健康効果は高いと言えます。季節によって若干味が異なる野菜スープ。１年を通して飲む野菜スープ愛飲者の方なら、その違いが分かる事でしょう。