

7月のイベント

7月17日(日) 清川ふれあい買い物市

会場 道の駅第2駐車場



7月24日(日) スーパーカーチャリティーフェスティバル

会場 小中沢駐車場



7月31日(日) サマーフェスティバルin宮ヶ瀬

会場 水の郷プロムナード広場



今月のおすすめ商品

清川恵水ポーク特製みそ漬け

ご飯がすすみます!



きよりんアイス

これからの季節にぴったり! 清川のお茶を使ったサッパリ味



清川のお茶

夏は冷やしても美味しいです



2Fの工芸品も新商品続々だよ



作成者 地域おこし協力隊ごあいさつ

北條芳夫 (ほうじょうよしお)

- ・出身地 東京都世田谷区
- ・得意なこと 企画、プロモーション、マーケティング、PR



- ・清川村でやりたいこと 村全体の活性化(趣味) 大の釣りキチです(^_^)

転入したばかりで、分からないことばかりですが、どうぞよろしくお願いたします!

稲葉智美 (いなばさとみ)

- ・出身地 神奈川県川崎市
- ・得意なこと イタリア料理 バレーボール



- ・清川村でやりたいこと 野菜づくり、特産品造り

清川村初心者で、わからないことだらけですが、よろしくお願いたします。

野菜

夏野菜の季節がやってきました。



夏といえば、やっぱりトマト!!

炒め物にも、煮びたしでも、ナス



おやつにもどうぞ トウモロコシ



まだまだとれるよインゲン



たちまちアジアの雰囲気 にパクチー



今月の生産者の声 下嶋壽男 (しもじまとしお) さん



壽男さんの朝は大忙し。道の駅に出すために収穫から袋詰めまで、限られた時間でこなさなくてはならない。奥様も手伝っているが、まあ大変だ。それでも、いい状態のものを出したいという考えから、朝採りにこだわっている。

もう一つ、特にこだわっているのが、無農薬ということ。言うだけなら簡単だが、壽男さんは約40年間無農薬で野菜を作り続けている。

ナスがアブラムシにやられたり、キャベツの虫食いに悩まされたり。毎日虫との戦いだ。それでも家族のために、無農薬の野菜作りを始めた。虫に強い野菜もある。春菊、ワサビ菜、レタス類、パクチーなどの香草類。だから、春菊の列の間に小松菜を植えてみたり、レタスとキャベツと一緒に植えてみたり。壽男さんのマイブームは混植だ。

「農業はいつまでたっても一年生」と壽男さんに言われて、改めて自然相手の仕事は大変だなあと感じました。

壽男さんはたくさんの種類の野菜をつくっています。今、畑にあるもので、サクサクとした食感のいんげんや、筋のないいんげん。葉しょうが、根ショウガ、にんじん、ねぎ、夏にとれる生でもおいしい白菜、大根、ゴボウ、サトイモ、八つ頭、他にもたくさんある。中でも八つ頭、サトイモが壽男さんの大好物。煮物にしたり、みそ汁に入れたり。けんちん汁をつくる時は、自分のところでとれた野菜をたっぷり入れて。幸せですね(^_^)



編集: 地域おこし協力隊 〒243-0112 神奈川県愛甲郡清川村煤ヶ谷 2129番地 TEL046-288-2700

今月の「クッチー~サイタリアーナ~サ」

*クッチー=ナイタリアーナとは「イタリア料理」という意味です



チャンモッタ ~野菜のトマト煮込み~

【作り方】

- ① ナスは食べやすいサイズ(3cmくらい)に切って、軽く塩を振って、30分くらいしたら出てきた水分をふき取る。
- ② ズッキーニ、ジャガイモ、パプリカも同じくらいの大きさに切って、玉ねぎはスライスにカットしておく。
- ③ 玉ねぎ以外を素揚げする。(手間ですが、一度揚げることで味もしみやすく、甘みがでて、あくもとれます)揚がったら、塩を振っておきます。
- ④ 鍋にオリーブオイルと潰したニンニクをいれて、火にかけます。香りが移ったら玉ねぎを入れて炒め、しんなりしたら素揚げした野菜、軽く潰したトマトホール缶をいれて、塩、コショウで味を調べ、10分くらい火にかければ完成です!

【材料】 4人分

- ナス 2本
- ズッキーニ 1本
- ジャガイモ 2個
- 玉ねぎ 1/2個
- パプリカ 1個
- ニンニク 1片
- トマトホール缶(400g) 1缶
- オリーブオイル 大さじ2
- 塩、コショウ 適量
- サラダ油

*チャンモッタとは「ラトウイユ」と似た料理です。温かいままでも、冷やしても、パスタソースにしてもおいしいです! トマト缶の酸味が気になるようなら、ほんの少し砂糖をいれてもOKです。むしろ酸味をきかせてサッパリさせたいなら、お酢を少し。