

旬の野菜



里 芋



里芋まんじゅう

里芋はインドからマレーシアにかけての南アジアが原産で、日本では縄文時代から食用にされていました。古代の日本では里芋と稲作が作られていましたが連作のできない里芋より連作ができる稲作が主食となったようです。

里芋は土のかい離が残っていて、食物が大地の恵みであることを思い出させてくれます。太古の昔に人々が豊穡を祝ったことに思いをはせる・・・そんな力を秘めた食材です。親芋から小芋、孫芋がどんどんできるので子孫繁栄も象徴として縁起物扱いされてきました。

また、里芋には品種が多く、芋の形や大きさもさまざまです。普通に里芋と呼ばれるものは親芋の周りにできる小芋を食べます(土垂)が、親芋も小芋も食用するもの(セレバス)親芋のみを食べるもの(京芋)小芋と親芋が分れず塊になるもの(やつがしら)芋は食べず茎を食用する品種(ハスイモ)などもあります。

里芋まんじゅう (4人前)

1. 里芋(500g)を蒸して裏ごしし片栗粉(大さじ2)を混ぜます。
2. 酒、みりん、醤油、砂糖(各小さじ1)の調味料で鶏ミンチ(60g)とみじん切りにした椎茸(1枚)を炒り、そぼろにします。
3. 2を1の芯にして丸め、10分蒸します。
4. 水(2カップ)だしの素(適宜)みりん(大さじ1)醤油(小さじ2)塩(少々)を煮立て、水溶き片栗粉(適宜)でとろみをつけ、器に盛った3にかけて完成です。

芋掘り大会



今年のうりぼう芋畑は、焼き芋や干し芋を作るために例年の倍の面積(15a)の作付けを行いました。また、10月の土日の天候が思わしくなく芋掘りの入場者も少ないので日頃お世話になっているいなべ市や東員町、桑名市の福祉関係に芋掘りの招待の呼掛けをしましたところ員弁東小学校1、2年生の皆さん、大安・員弁・北勢の子育て支援センターの皆さん、東員アーチさん、ワークルーム桑友さん、桑名市みのり作業所さん、いなべ市社会福祉協議会藤原作業所の皆さんに来ていただき芋掘りを楽しんでいただきました。

ニュース



うりぼうオリジナル加工品としていなべの蕎麦粉を使った箱入りの半生麺『いなべ蕎麦』と黒米粉を使ったバームクーヘンが出来上がりました。

ご家族で召上がったたり、お手土産としてお使いいただければ幸いです。いずれも980円とリーズナブルで美味しいと好評です。



三重の元気な直売所連絡会が取り組んだ夏休み直売所チャレンジラリーの当選者2名(桑名市三須亮太君 いなべ市中村萌ちゃん)にうりぼうより『うりぼうづくし』を進呈しました。



いなべ市民感謝祭に出店し野菜を始め果物、加工品、惣菜、和菓子などを販売しました。また、うりぼうの新名物焼きたて『五平餅』は好評につき早くに完売となりました。

いなべ農産物直売所



ふれあいの駅うりぼう

三重県いなべ市員弁町大泉 2517 番地
 営業時間 午前8時30分～午後5時
 定休日 毎週火曜日
 TEL/FAX 0594-74-5826
 E-mail uribou@m4.cty-net.ne.jp
 URL <http://www.net-uribou.jp>