

★被災地等を支援する【JOSOたすけあい基金】は注文番号500253 1口500円にて毎週受け付けています。ご協力よろしくお願い致します。
★関東子ども健康調査支援基金【寄付】 注文番号:500252 1口1000円～ にて毎週受け付けています。ご協力よろしくお願い致します。
★東海第二原発差止訴訟基金【寄付】 注文番号:500251 1口500円にて毎週受け付けていますご協力お願い致します。
★JOSO脱プラ基金は注文番号:500254 1口500円にて毎週受け付けていますご協力お願い致します。



2022-23年度活動テーマ(案)「つくると食べるでつながろう ～私たちの地産地消～」

小林さんの桃はなぜ美味しいのか？

～夏の産地たより～長野県中野市・小林農園

7/15(金)、16(土)にりんごの生産者

- ・「はなうた家(長野県筑摩郡麻績村)」
- ・「大倉さん(長野県安曇野市)」
- ・「小林さん(長野県中野市)」

のところへ行って参りました。りんごの本格的なシーズンは10月からで、今は収穫に向けて準備を進めています。7～8月にかけては摘果(りんごの玉を間引く作業)、圃場の除草作業などをおこないます。桃はまさに収穫の時期を迎えようとしています。

毎年夏ギフトの中でも一番の人気を誇る小林農園・小林裕明さんの桃、その魅力に迫ります。

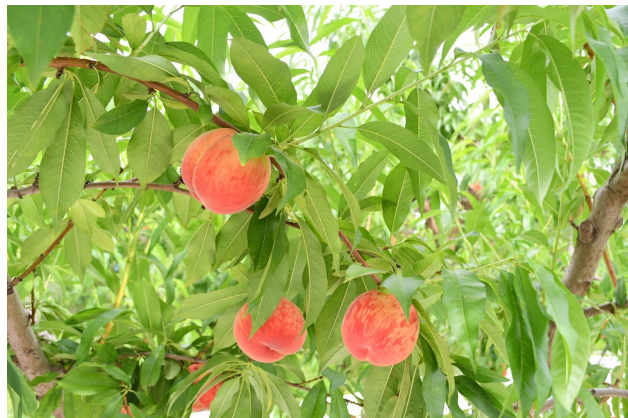


化学肥料にたよらない「土づくり」

長野県中野市で代々果樹栽培をおこなっている小林農園。殺虫・殺菌剤などの農薬は最低限に、化学肥料・除草剤は一切使用せず栽培をおこなっています。

「りんご・ももなどの果樹は長雨や湿気が多い時期が続くと病気になりやすく、その場合は最低限農薬を使います。化学肥料については父の代から使っていません。化学肥料は作物が肥料成分を吸収しやすいという利点があるものの、土中の微生物を減らしてしまう可能性が高いです。微生物のいない土壌では病原菌や病害虫が発生しやすく、さらに農薬を使い続けてしまうと、というループから抜け出せなくなります。勿論、化学肥料にも利点はありますが、土づくりや“木を丈夫に育てる”という点では使いません。」と小林さんは語ります。

※写真: もうすぐ収穫を迎える桃の木 2022年7月16日撮影

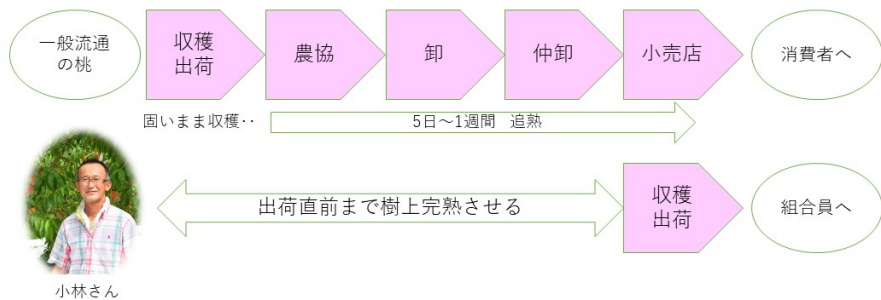


完熟度の違い

一般流通している桃は、基本的に①生産地→②農協→③卸→④仲卸→⑤小売店(スーパー等)というルートで消費者のもとへ届きます。①→⑤の間は5日～1週間とも言われ、⑤小売店の店頭には並ぶ時点で適度に熟している状態にしなければならないので、①生産地では桃が白く固いうちから収穫します。対して小林さんの桃は、出荷直前まで樹上完熟させてから出荷するので桃本来の香り・コク・甘みを存分に堪能することができます。

～小林さんより～

うちの桃は、届いた段階で熟しすぎて傷み始めているものもあるかも知れない(もちろん最大限気を付けてはいるが...)。桃は樹上で完熟させる事で、収穫直前まで栄養分を吸収する事ができるので、市販品では味わえない香り・コク・甘みを出すことができます。



裕明さんが引き継いだ40年程前、ももやりんごの出荷先は農協しかありませんでした。しかしあくまでも「鮮度」と「味わい」を重視した小林農園では、当時から個人向け宅配で地道にファンを増やし、今でもつながりを持っています。(商品部：小宮山)

夏ギフトの桃の生育と発送予定

夏ギフトの桃(白鳳系)は順調に育っており、7月25日週から8月8日週までの間で発送予定です。到着まで今しばらくお待ちください。

今回限り!! 8月4回 **24**小林さんの桃「黄金桃」1.8～2kg 2,500円(税込)



8月4回のカatalogに「黄金桃(おうごんとう)」を掲載しています。晩柑種として小林農園での最後の品種となります。熟すとあざやかな赤黄色に色づき、熟度を高めればまるで「完熟マンゴー」のような味わいです。ぜひお見逃しなく!

クチコミ：毎年購入しています。まるでマンゴーのような味わいで、この時季だけの特別なデザートですね。香りが家中に広がり、毎年子どもたちに見つかってしまうので、早めに食べようと思います(笑) (守谷市：Kさん)

★★★\大公開! / わが家のカレーレシピ★★★★

6月5回のカatalogテーマ：「わが家のカレー」にて、わが家のカレーレシピを募集させていただきました。夏だけでなく、年中食卓で大活躍のカレー。作り方、味付け、トッピングなどを募集した結果、沢山のカレーレシピを頂きました! NewsletterやCatalogにて紹介していきます。

- ①題してわが家の〇〇カレー!
- ②作り方1-使うルウやスパイスを教えてください
- ③作り方2-具材を教えてください
- ④作り方3-作る際のポイントを教えてください



①玉ねぎとろとろカレー

②市販のルウ中辛/辛口、香味野菜、スパイシーソルト

③玉ねぎ3～4 豚バラブロック500～600g 水400～「500ml」 人参3本 にんにく半玉～1玉

④圧力鍋で一気に調理します。にんにくで豚バラを炒め少し焼き目をつけたら崩れません。



～ポイント～

具は大きく切って作るので子供と一緒に出来ます。また加圧中は放置できるのでとっても楽ちん♪ルウを入れるときは玉ねぎがほぼ溶けています。我が家は圧力後に子供用をとりわけ甘口にしています。**残ったカレーにチーズをのせて「焼きカレー」でおつまみにしています。**

(Sさん 柏市)

①チーズ マメ トマト カレー

②カレーの壺各種

③ローズポーク挽肉、マメ類（ヒヨコマメなど）、玉ねぎ、よつ葉シュレッドチーズ、トマト（生協で買ったピューレ状のもの）

④玉ねぎみじん切り、ローズポーク挽肉、余った野菜を炒めてトマトとカレーの壺を投入、マメ、**鈴木牧場ヨーグルト投入、最後によつ葉シュレッドチーズを入れる。**



わが家ではご飯にのせて食べるか、パンにつけて食べます。

(Mさん 取手市)

①腹ペコの時に食べたいカレー

②市販の固形ルーを使用（スープ仕立て風）

③好きな具材を使いますが、基本は玉ねぎ、人参、きのこ、セロリ、トマト、しいたけなどの旬の食材（インゲン、セリ、ピーマン）、鶏肉、豚肉、白身魚を入れます。

④玉ねぎはしっかり炒め、肉などを炒めます。野菜を角切りにしてゆっくり煮込み、主食になるように薄味で仕上げます。

冷蔵庫内の整理もできますし、心の満足感も得られるメニューです。時間もかかりませんし、何食でも食べられる満足感の高いカレーです。

(Uさん 柏市)

①わが家の伝統カレー（20年近くこれかな・・・）

②創健社の「グルメカレールウ（中辛）」、ニンニクとしょうがのみじん切り

③人参、玉ねぎ、ジャガイモ、ローズポーク小間切れ、牛乳（お好みで）

④ポイントは特にありません

下の娘は一人暮らしを始めて市販のルウでカレーを作ったものを試食してみました。創健社のグルメカレールウとは味が全然違う(創健社の方が美味しい)のでびっくりしていました。

※グルメカレールウは毎週買える前日OK商品**658**です。



(Mさん 土浦市)

①チキンカレー4～6人分

②カレーの壺

③とりもも肉...300g以上、ヨーグルト...100g、カレーの壺...お好みの量、トマトの水煮...400g、生クリーム...1/2カップ、バター...50g

④作り方

↓裏面へ

1、一口大のとりもも肉、ヨーグルト、カレーの壺を半日～48時間つける（もみ込んで）



2、フライパンにバターをとかし、1をいため、トマト水煮、仕上げに生クリームを入れて完成です！
(Kさん 取手市)

「わが家のカレー」レシピのご協力頂きましてありがとうございます！調理途中や完成前に香辛料を使って一工夫する、冷蔵庫に余った野菜を有効活用するなど、様々な工夫が見られました。
※こちらのQRコードからカレーのレシピを引き続き募集しておりますので、「わが家のカレー」をぜひお寄せください。(QRコードには最後に画像を添付する事も出来ます。画像まで頂けると他の組合員にさらに伝えやすくなりますので、できるだけ画像も頂けると幸いです！もちろん、手書きでも大歓迎です(^^))

我が家のカレー大募集！



これから秋にかけて「乾物、おうちでどう使う？」や「わが家のおでん」などのレシピ・工夫を募集していきます。原料の高騰による家計の逼迫が続いていますが、**暮らしの知恵を出し合って、みんなで乗り切っていきます**
しょう！

第116、117回 脱原発と暮らし見直し委員会 報告

第116回 脱原発と暮らし見直し委員会 報告

2022年6月15日(水) Web会議 13時半～16時 組合員10人参加。

Zoomを利用し、Web会議にて開催しました。セシウム測定値、茨城県東海第二原発安全性検証ワーキングチームへの意見書、東海第二原発などについて情報交換しました。

◎今年は山菜やシイタケなどから、秋田や山形でもセシウムが検出されています。セシウム測定値も10年のまとめをする予定です。

◎東海第二発電所安全性検証ワーキングチームへ提出した生協の意見書について、今月中に県の担当者と協議の予定です。

◎震災から10年間の生協での放射性物質測定結果の取りまとめ原稿について、前回に引き続き意見交換しました。

◎東海第二原発差止訴訟は進行協議をしています。年内に第1回口頭弁論の予定です。

第117回 脱原発と暮らし見直し委員会 報告

2022年7月21日(木) Web会議 13時半～16時 組合員8人参加。

Zoomを利用し、Web会議にて開催しました。セシウム測定値、茨城県東海第二原発安全性検証ワーキングチームへの意見書、生協の土壌調査などについて情報交換しました。

◎宮城県で野生のタケノコから100Bq/kgを超える高い値が検出されました。まだまだ油断はできません。測って確認しましょう。

◎東海第二発電所安全性検証ワーキングチームへの意見書について、6/24に県の原子力安全対策課と協議しました。

◎震災から10年間の生協での放射性物質測定結果の取りまとめについて、今後の測定方法など意見交換しました。

◎震災から10年後の土壌調査について、午前中に説明会を行い、土壌採取法などを統一して行うことになりました。

★次回は、2022年9/9(金)13時半～Web会議の予定です。8月はお休みです。Web会議には生協からも参加できます。

委員会はどこでも自由に参加できます。

参加希望の場合は常総生協HPの「組合員専用お問い合わせ」フォームから事前にご連絡ください。