

## げいび清流米ご活用の皆様へ

今年较去年よりも雨の日が多く、曇りや晴れの日を狙って農作業を進めています。米作りの方は、一時的に田んぼから水を抜いて乾かす「中干し」、排水性を高めるための「溝切り」を済ませ、再び水を入れ始めています。水を入れる際、排水口に土を戻すのはとても地味ですが手間がかかる作業です。排水口から水が漏れないように土を盛ったつもりでも、水がたまったときに小さい穴があいていてガッカリすることが何度かありました(笑)

畑とハウスには夏野菜が実り、キュウリ、トマト、ナスなどが食卓に並びはじめました。今年も私もキュウリの有機栽培に挑戦しています。キュウリは次々と実のり、一日でも収穫せずに放置すると大きくなりすぎる実がでてくるので、手入れも兼ねて毎日夕方に収穫しています。

キュウリがたくさんとれるので、何か美味しい食べ方がないか調べて色々試しています。今年の新たな発見はキュウリの佃煮が意外と美味しいということです。冷蔵庫で長く保存でき、暑くて食欲がでないときでもご飯が進みます。レシピのコピーを裏に載せておきましたので、是非作ってみてください^^

**農作業体験** 隣町の大東中学校1年生6名が農作業体験に訪れました。キャベツの種まき、玉ねぎの皮むき体験をしてもらい、昼食後は農業、農家の暮らしについて質問を受けました。

毎年調査されている「子供達のなりたい職業ランキング」の上位にはランクインできない農業ですが、このような農業体験の場を提供することで一人でも多く未来の若手農家が増えたらいいなあ、と思っています。

**8月の発送日は18日です  
(毎月第三金曜日)**



### 直売所

旬の逸品でご好評頂きました品々です。ご希望の場合はご用命下さい。

**えごま油(焙煎) 2,300円/140g (税込)**

**えごま油(生) 2,600円/140g (税込)**

※通常よりも200円割引となっています。

**ご注文方法：** 郵便振替用紙通信欄に数量、お届け日を明記の上ご注文下さい。下記フリーダイヤル、FAX、Eメールでもお受け致します。 ※お米と一緒にのお届けにしますと片隅に入れる分は送料が掛かりませんのでご利用下さい。

### お問い合わせ先

〒029-0301 岩手県一関市東山町田河津字田の萱 58

フリーダイヤル 0120-81-4153

FAX 0191-47-2769

Eメール okome@81-4153.com

合同会社 田舎モノ 代表社員 佐藤 想司

※日中は農作業のため留守電が応対します。ご用件をお話頂き、不明な場合はこちらよりご連絡いたします。



### お誕生日おめでとう!

6月25日、息子の尚(なお)が一歳になりました。右の写真は、誕生日に一升餅を背負っているときのものです。一升(2kg)のお餅を背負ってバランスを崩して尻もちをついてしまいましたが、何度かチャレンジして数歩歩けていました。

最近は何ものにつかまらずに長い距離を歩けるようになり、大人の真似をたくさんするようになりました。保育園にも通っていて風邪を引きがちですが、それも免疫力をつけるための試練…。これからも元気にたくましく育ててほしいですね。(記：佐藤翔)

## きゅうりの佃煮

材 料	キュウリ 1.5kg	塩 1% (15g)
	三温糖 100g	しょうゆ 100cc
	エコープ五倍酢 原液20cc	
	液体かつおだし 5cc	しょうが 10g
	赤トウガラシ 1本	かえりちりめん 25g



### 作り方

- ① キュウリは、ごく薄い輪切り又は半月切りにし、塩を加えて重石をし、一晚漬けて、水気を絞る。※絞った後、キュウリの重さが1kg以下になるように。
- ② ショウガは千切り。赤トウガラシは種をだし、2～3等分に切る。
- ③ 鍋に、三温糖、しょうゆ、エコープ五倍酢原液、液体かつおだし、②のショウガを入れて煮立てる。
- ④ ③に、①のキュウリとかえりちりめんを入れて、煮汁がなくなるまで煮詰める。

カツオの粉末だし大さじ1でも大丈夫です。

JA グリーン大阪 キュウリの佃煮のレシピ  
<https://www.ja-greenosaka.or.jp/recipe/2020/06/>