

～インターネットからお手軽にご注文出来ます～

- ①当園ホームページ <http://www.sirakaba.co.jp/>  
(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ヤフーショッピング(パソコン・携帯)『しらかば農園』で検索!  
(代金引換・クレジットカード決済・ヤフーポイント利用可)

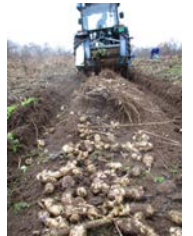


『初冬の菊芋収穫』

初冬の菊芋の収穫作業は、11月中旬に4日間掛けて行われました。収穫期間中に降雪で収穫が出来ず、天候と畑の状態が回復するまで1週間ほど間をおく事になりましたが、無事に全ての収穫を終える事が出来ました。田代平農場の初雪は昨年より20日早い11月1日。日中の気温でも2度前後で寒さに震えながらの収穫です。

今年の菊芋栽培は8月末の台風10号による強風で、全体の2割は茎が折れてしまう被害がありました。茎折れた菊芋は塊茎部(食べる部分)が肥大化せずに反収は減ってしまいましたが傾いた程度の倒伏であれば、根を強く張り伸ばす生命力の強さを見せ、平年通りの大きな菊芋が収穫出来ています。収穫時期に降雪や厳しい寒さが続いたせいか実が締まり、厳北国の寒暖差が菊芋の自然な甘みを強くしています。良い品質の菊芋が沢山収穫出来ました。

今年は台風や強風、秋以降の天候不順に悩まされた1年でしたが、全ての収穫を終えホッとしています。2メートルを越す積雪がある田代平農場は、12月中旬で冬期閉鎖となります。



キクイモ収穫風景



中性脂肪 便秘 血糖値 が気になる方へ

話題のスーパーフード『生菊芋』販売開始!

豊富な食物繊維が腸内環境を整え、血糖値上昇の抑制、脂肪の吸収を抑える効果が期待出来る薬効成分「イヌリン」(植物で作られる天然オリゴ糖)を多く含む低カロリーな機能性食材です。「イヌリン」は、玉ねぎやゴボウなどにも多く含まれる成分ですが、100gあたりの含有量はその他の野菜で一番多いニラの0.4gに対し、キクイモは13.1g。圧倒的な含有量です。

また、連作が出来ない菊芋を広大な畑地で毎年植え替えを実施。大きさ、品質、鮮度共にお客様から高評価を毎年頂いております。是非、採れたて今が旬の菊芋を毎日の食卓にご活用下さい。

\*\*\* キクイモの有効成分「イヌリン」の健康効果 \*\*\*

1. 血糖値の上昇を抑える。
2. 脂肪吸収を抑え、血液サラサラ効果。
3. 腸内でビフィズス菌・乳酸菌などの善玉菌を増やします。腸内を綺麗にし、消化吸収を良くします。便秘の改善。
4. 低カロリーで沢山食べても大丈夫。ダイエット食に!
5. 体力回復、新陳代謝を良くする、肝機能の回復。



～ジャガイモと同様にどんな家庭料理にも使えます～

シャキシャキとした食感の生食・生サラダがお勧めですが肉じゃが、キンピラ、天ぷら、カレー、シチュー、グラタン、漬物(味噌漬け、粕漬け、甘酢漬け)、お味噌汁の具材等、色々な家庭料理に使えます。また、様々な菊芋レシピがネットで紹介されています。

好評発売中の季節商品 ～全て放射線量測定検査済です～

- ① 紫ニンジン 3kg(20～30本入) 価格 2,880円  
ポリフェノールが普通のニンジンの10倍。サラダや生ジュースにきんぴ
- ② 金美ニンジン 3kg(15～20本入) 2,340円  
沖縄島人参の改良系。肉質柔らかく、生でも炒めても美味しい!  
<12月中旬発売>
- ③ 菊芋チップス 乾燥100g(1袋) 850円  
<1～5個迄の注文は+送料550円。野菜スープ同時購入時は送料無料>
- ④ 菊芋ペースト 1セット(100g×5袋) 2,160円  
只今、増量キャンペーン中。1セット毎に+2袋(計7袋)サービス。  
クール便送料  
・1～3セットまで…800円(税込)  
・4～6セットまで…900円(税込)

※①～③は数量限定商品です。お電話でのご注文をお願いします。(注文は代金引換のみ。別途代引手数料324円加算)  
※沖縄への発送は+800円になります。

「生食ならではの菊芋料理の楽しみ方」

貯蔵性が良くない菊芋は、冬期間限定(～来年3月頃迄)出荷です。いびつな形のため、洗浄や皮剥きにひと手間入りませんが、色々な料理に使え、シャキシャキとした独特の食感、菊芋本来の風味を美味しく味わえるのは、「生食」だけです。

簡単おススメ料理

「納豆に混ぜて」

みじん切りにした菊芋を納豆と混ぜると美味しい上に満腹感が出ます!



「菊芋のオリーブオイルソテー」

オリーブオイルで炒め、塩、コショウで味付けします。

当園のお客様からお話を聞くと、レンジでチンだけ、漬物、炒め物など等、長く続けられる様に、シンプルで簡単な食べ方をしている方が多いようです。気を付けたいのはイヌリンは水溶性ですので煮物は汁ごと戴いて下さい。

「生食用」での出荷はその時期だけで希少です!

放射線量測定検査(済)



無農薬・有機栽培 生菊芋

3kg…2,400円

6kg…3,900円

(税込・送料込み価格)

※沖縄への発送は+800円

「保存方法と料理レシピ」付です

※代金引換のみで、別途324円の手数料が加算されます。  
※発送はキクイモの乾燥を防ぎ、品質維持に良い「土つき」でお送りします。すぐに調理したい方は洗浄済出荷も出来ますのでご注文の際にお知らせ下さい。(+200円)

今年1年を振り返って..

当園の今年1年を振り返りますと、タケノコ採りシーズン(5～6月)に起きた「人喰い熊被害」(秋田県鹿角市大湯熊取平・田代平地区)では4名の犠牲者が出ました。事故現場から当園田代平農場まで直線距離にして僅か3km。連日、搜索ヘリが頭上を飛び回り、周辺道路は通行止め、厳重な警戒態勢が続きました。当園の畑にもエサ探しの熊の足跡が至る所で発見され、広い畑地周辺を何度も除草し、見晴らしを良くするなど熊対策を行いました。山菜やキノコなど山の幸に恵まれた山の中の農場ですので、熊や鹿などを見掛ける事も珍しくありませんが、おとなしく臆病なツキノワグマの豹変に、作業中の周辺警戒と社員同士の声掛けを徹底し、特別な思いで1年を過ごしました。

また、今年は台風の上陸数が多い年で、各地で甚大な被害をもたらしました。当園でも8月末の台風10号による強風被害や秋雨前線の長期停滞、日照不足の影響で秋大根に影響がありました。天候で受ける影響をいかに軽減させる事が出来るのか、栽培技術の向上は生産者にとって大きな課題です。今年の取り組みを見直し、さらなる改良に来年も取り組んでいきたいと考えます。今年も皆様の励ましと労いの言葉に心より感謝申し上げます。今年1年有難うございました。