

伊東の農業を知る、そして楽しむための農業委員会だより

新しい味に ワクワクする

お弁当屋さんの店先のポスターやスーパーの店内に、昭和の時代にはなかった言葉を見つけることがあります。「アヒージョ」「ガパオ」「グリーンカレー」「ポキ」「フォー」「チョレギ」「ルーローハン」などなど、どれも海外の食文化です。食に保守的と言われる日本でも、少しずつ他国の味を受け入れ、今では当たり前のように日常に並ぶようになりました。この野菜はこういう食べ方という固定概念を振り払ってみると、新しい発見があるのではないのでしょうか？今回の農業委員会の特集はいつもと違う食べ方の提案です。

伊

豆の茄子と「ゴマ」のディップソース。こう言わないと、なんだか判らないだろう。正式な名前は「ババガヌーシュ」。聞き慣れない名前の料理は中東では定番中の定番料理らしい。

名前の意味は諸説あるものの、ババがパパという意味で、ガヌーシュがダメにされた人、という説が自分のお気に入り。男性を骨抜きにする味わい。

農業委員会だよりを作る時は必ず発行される時期にできる野菜を中心に考える。今号を発行する時に最盛期を迎える野菜は茄子とキュウリとピーマン。しかし、茄子、キュウリ、ピーマンはあまりにも一般的すぎて編集会議で出てくる料理がつまらない。焼き茄子とか、キュウリのピクルスとか、それも美味しい食べ方に間違い無いんだけど、今ひとつ『ワクワク』しない。

この農業委員会だよりは表紙にも書いてあるとおり『伊東の農業を知る、そして“楽しむ”ための農業委員会だより』がテーマ。

『ワクワク』するというのは重要なポイントで、地元の食文化であったり野菜の楽しみ方などが紙面を通して滲み出るような記事が理想。

そんな産みの苦しみの中、一人の編集委員が持ち込んだこの「ババガヌーシュ」。

茄子を直火であぶったあと、ペースト状にして、「ゴマ」とオリーブオイルとニンニクを合わせるだけ。作り方も簡単で、スプレッドとしてパンにつけてもいいし、野菜にディップすれば、伊東の野菜ON伊東の野菜。これは『ワクワク』しそうな伊東の野菜の楽しみ方だということで即採用。こんな茄子の食べ方があるなんて、まだまだ伊東の野菜の楽しみ方は尽きないようです。

ババガヌーシュの作り方

- 1 茄子3〜4本を魚焼きグリルなどで焼く。皮が焦げて中身がしっとり、柔らかくなってきたら火からおろして、茄子の皮をむき、ミキサーにかか程度の適当な大きさに切り分けて冷ましておく。
- 2 ニンニク1片と練り胡麻大さじ二杯、レモン汁大さじ1、塩、オリーブオイルとともに冷ました茄子をブレンダーにかけるか、すり鉢でする。
- 3 ペースト状になったら、お好みでパセリ、オリーブオイル、パプリカパウダーをかけて出来上がり。

新しい味に
世界が広がる





プロヴァンス地方の郷土料理『ラタトゥイユ』



フランス、プロヴァンス地方の郷土料理『ラタトゥイユ』これをオール伊豆野菜で作ってみませんか？
 フライパンにオリーブオイルをひき、ニンニク、茄子、タマネギを炒めます。次にズッキーニがあればズッキーニ、なければキュウリを加えさらに炒めます。ズッキーニ（キュウリ）に少し火が通ったぐらいで、伊豆のブランドトマトの『アイランドルピー』のトマトピューレを加え、最後に塩コショウで味を調えます。『アイランドルピー』は熱を加えた方が美味しくなる”うまみトマト”です。出来上がった『ラタトゥイユ』は冷蔵庫保管で1週間ぐらい持ちます。
 パンに付けてもよし、ご飯のおかずとしてもよし、最後はパスタソースにもなり、使い回しの効く一品です。



イタリアのピーマンのグリル

オーブントースターや、魚焼きグリルを使ってピーマンをよく焼きます。パプリカも合わせると彩りが綺麗です。ピーマンは黒くコゲがついてもOK。甘味を引き出す為にしっかりと焼きます。ピーマンはしっかり膨らんでいない物のほうがおいしいです。焼き上がった後にコゲを剥がしたら、オリーブオイルと岩塩をかけます。イタリア料理のパプリカのグリル、ペパロニアロステティ (Peperoni Arrostiti)。シンプルなおいしさです。
 パルサミコ酢にハチミツと醤油で作ったソースもオススメ！



表紙の写真



そうめんつゆは醤油だし、味の変化は薬味でつけるもの、、、

なんて固定概念をもっていないませんか？そんな固定概念を振り払って、こんなトマトベースのつゆはいかがでしょう？

市販の白だしに、よく洗って皮に切れ目をいれた伊豆のブランドトマトの『アイランドルピー』をいれて煮込みます。ある程度煮込むと皮がとれるので、皮を取り除きます。さらに煮込み続けていくとトマトが崩れてくるので崩れたら市販のめんつゆを加えます。火からおろし、仕上げにオリーブオイルを加えると出来上がりです。

伊東市農業委員会 市内農地巡回視察

令和6年度は、市内農地の現状を全委員が理解・共有して、今後の伊東市の農業が進むべき方向性を検討する判断材料としていくため、各地区の巡回視察を行います。

視察先は、池地区の圃場整備事業実施農地や品種や栽培方法で先進的な取組みを行っている農地・農家を予定としています。上半期は、宇佐美地区と伊東地区において農地の巡回視察を実施しました。

宇佐美地区 4月10日実施

宇佐美地区では、農業委員、農地利用最適化推進委員と事務局を含む16名が参加しました。

急傾斜を活かした果樹園、温室栽培の苺農家などを視察し、多様な栽培方法を視察しました。生産者と農協等の関係機関が連携し、日々活動されていることを学びました。



伊東（鎌田・荻・十足）地区 6月11日実施



伊東地区では16名が参加し、レモン農家、水田、養蜂場などを視察しました。地形を活かした栽培方法で様々な作物を生産する現場を見学でき、貴重な体験となりました。限られた農地のなかでも、市内の生産者が特色のある作物を作ろうと努力されていると改めて感じる機会となりました。

その後、荻でNPO法人郷組が運営する市民農園を視察しました。有機栽培を主軸とし、現在利用者は市民36名、担い手10名となっています。郷組からは、利用者へのサポート体制に力を入れており、農業指導、農耕器具の貸し出しや、野菜作り教室などを実施していると説明を受けました。市民農園の活用の中から、新規就農へ結びつけるよう支援したいとお話しされていました。市民農園が趣味で畑を始めたい人から本格的に就農を目指す人まで広く受け皿となっていると感じました。

（農業委員会事務局）

農業者年金に加入しませんか？ 農業者年金へは、次の要件を満たす方ならどなたでも加入できます。

国民年金第1号被保険者

年間60日以上農業に従事

60歳未満