

「さららピーマン」の特徴

「さららピーマン」の「さらら」は品種名で、ピーマン特有のエグミが少ないので小さな子どもやピーマンの苦手な人でも食べやすいのが特徴です。

千切りにして塩昆布と和えたり、サラダなどにして「生」で食べるのが一番のオススメですが、青椒肉絲などの炒め物にもご利用いただけます。

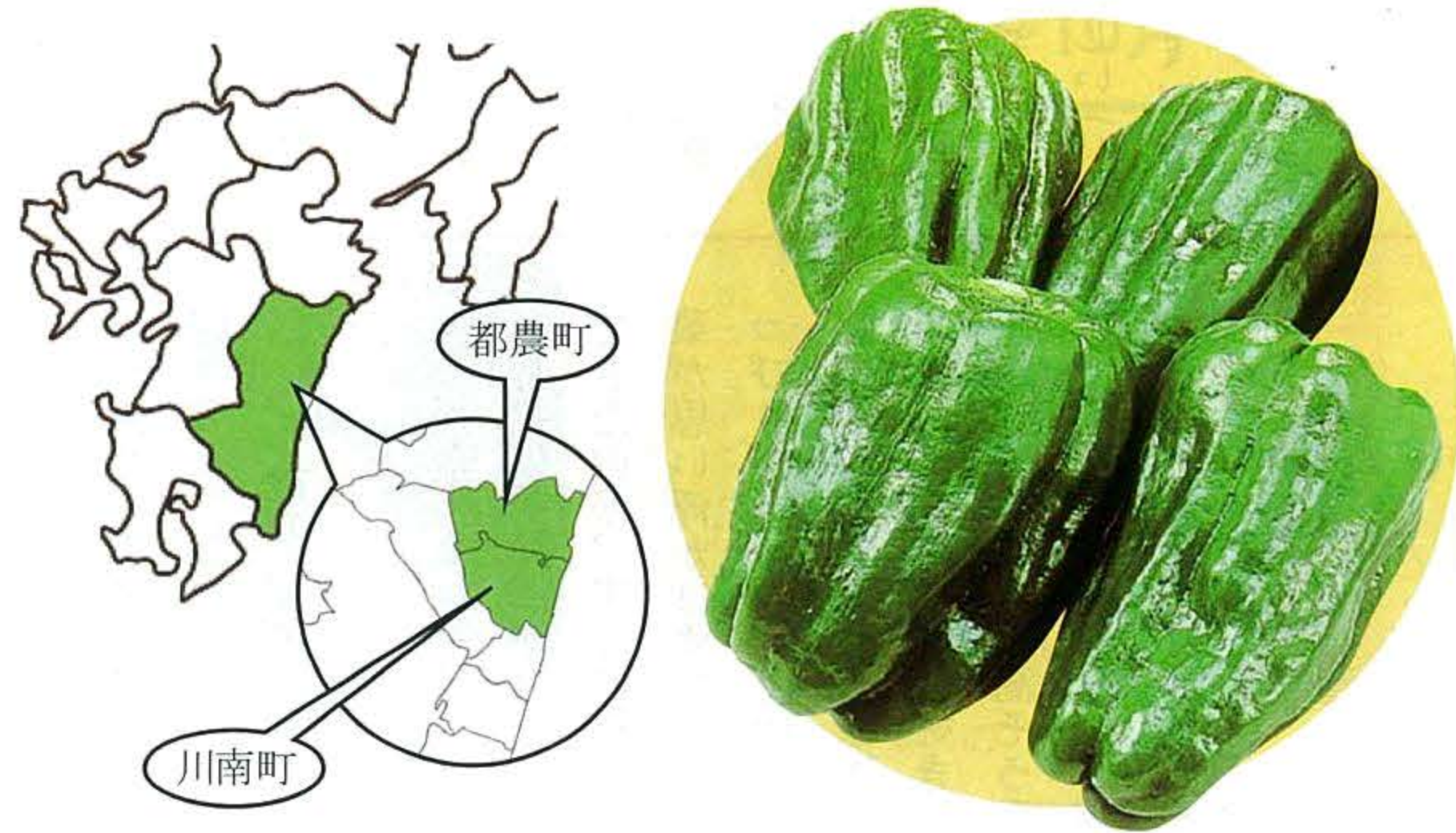
JA尾鈴(おすず)の基幹作物は、「ミニトマト」が全体の約3割を占めており、宮崎県産特産の「きゅうり」「きんかん」「マンゴー」、そして「ピーマン」などの部会が数多くあります。

「さららピーマン」の生産者数と作付面積は、11軒、栽培面積は3.5ha、出荷量は415t(2020年度)、農薬や化学肥料を慣行の半以下に抑えた「特別栽培農産物」の認証を取得しており、新たに「栄養機能食品」として、「ビタミンC」の機能性について包装への表示ができるようになりました。

おすず
宮崎県JA尾鈴

「さららピーマン」(特別栽培)

案内週は11月1週～翌5月3週までの予定です。



JA尾鈴のある、宮崎県の都農町(つのちよう)と川南町(かわみなみちよう)、はJA尾鈴の由来ともなっている尾鈴山をはじめ、矢研(やとぎ)の滝などの瀑布群、日向灘に面した海がある山と海に囲まれた自然豊かな地域です。



生産者の吉玉さん夫妻



食品の機能性のほか、宮崎県のシンボルキャラクター「みやざき犬」もデザインされています。

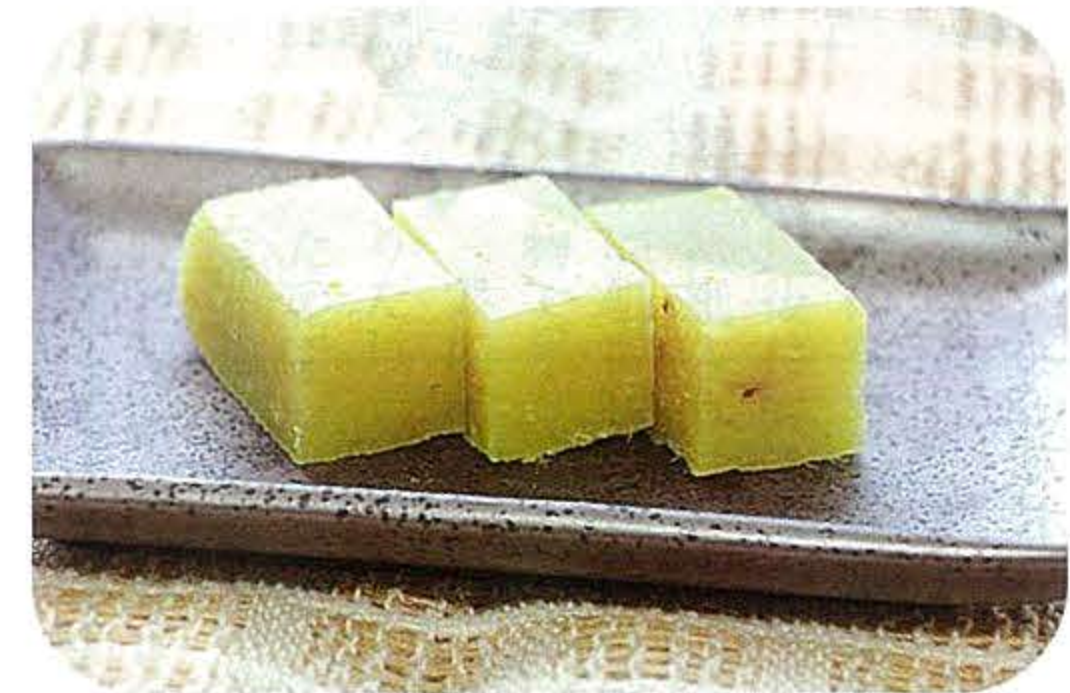
生産者のみなさまから、「特別栽培のガイドラインに沿う栽培は、細かく厳しいけれど、減農薬・減化学肥料で作ったピーマンだからこそ甘さを感じるほどの苦みのないピーマンに出来るんです。何より、組合員のみなさんに安心して食べてもらえるのが一番うれしい！」とコメントをいただいています。

パッケージデザイン一新

商品の袋が「栄養機能食品」の表示された新しいデザインに変わりました。

※1 栄養機能食品… 特定の栄養成分の補給・補完に利用できる食品のことで、法律の定められた基準に従って栄養成分の機能を表示するものをいいます。
◆ 農産物は天候などの影響(異常気象や風水害など)により、予定通りのお届けができない場合があります。ご了承ください。

秋の野菜を使ったレシピ



芋ようかん

材料: さつまいも250g C. かんてんパウダースティックタイプ1袋 砂糖30g C. 生協バター10g 塩少々 水100cc
作り方: さつまいもは皮付きのまま1cmの輪切りにし、水につけてアクを取る。電子レンジ500Wで約7分加熱する。
鍋に水100ccとかんてん、塩を入れ煮溶かし、砂糖・バターを入れる。さらにさつまいもを加えなめらかになるまで練る。粗熱が取れたらバットなどの器にクッキングシートを敷き、その中に入れて冷やし固める。冷めたら好きな大きさに切って完成

4ページで、秋の野菜の使い方をテーマにしたコーナーをしています。
是非そちらもご覧になってください。



かぼちゃプリン

材料: かぼちゃ150g(正味) 卵1個 砂糖45g 牛乳1カップ
作り方: かぼちゃは一口大に切って電子レンジで加熱して皮をはがしてつぶす。そこに砂糖⇒溶き卵⇒牛乳を入れ混ぜ合わせる。カップに入れ20分ほど弱火で蒸す。粗熱をとり冷蔵庫で冷やせば完成

レシピで使ったコープ商品



co-op 生協バター
北海道産の新鮮な生乳からつくった、おいしいバターです。豊かな風味とコクがあり、パンに塗っても、料理に使ってピタリと生協の定番商品の1つです。



co-op かんてんパウダースティックタイプ
2g×8本入
2gずつのスティックタイプで、気軽に牛乳寒天やゼリーが作ることができます。大容量の16本タイプもあります。

レシピは、過去にコープあおもりで紹介したレシピや、レポーターの皆さんの投稿を基に作成しています。