

# 8月31日は野菜の日



8月31日は語呂合わせで野菜の日と呼ばれているのはご存知でしょうか？  
今号では野菜の日にちなんで小千谷産野菜と簡単にできる野菜料理を紹介いたします。  
ぜひ、ご家庭で作ってみてはいかがでしょうか。

## スイカの皮とキュウリの酢の物



### 材料

スイカの皮……1/4玉分  
 キュウリ …………… 4本  
 もみしお …………… 適量  
 酢 …………… 50cc  
 めんつゆ …………… 大さじ2  
 砂糖 …………… 大さじ2  
 塩昆布 …………… 5g<sup>ア</sup>  
 白ごま …………… 大さじ2  
 ゴマ油 …………… 大さじ1

- ① スイカの皮の外側の緑色の皮をむき、拍子切りにする。  
 キュウリは輪切りのスライスにして、両方とも塩もみする。
- ② ①を水洗いして、水気を絞り調味料を混ぜて和える。

## エダマメと桜エビの炊き込みご飯



### 材料

米 …………… 1合  
 A  
 { 桜エビ …………… 大さじ2  
 塩昆布 …………… 大さじ1  
 エダマメ …………… 適量  
 めんつゆ …………… 小さじ2  
 白ゴマ(お好みで) … 適量

- ① お米は洗って、普通に炊く場合と同様の水加減で準備する。
- ② Aの材料を①のお米と混ぜて炊飯する。
- ③ お好みで白ゴマをふりかける。

## 華クイン目合わせ

【小千谷トマト出荷組合】

小千谷トマト出荷組合は6月中旬に、JA千谷野菜集出荷場でトマト「華クイン」の目合わせ会を開きました。生産者や市場関係者・JA関係者ら8人が参加。

品質や大きさなどの出荷規格を確認しました。併せて各生産者の圃場を市場関係者らと共に巡回し、生育状況を確認しました。

同組合の金子義彦組合長は「昨年も順調な生育だったが、今年は天候が良く、昨年以上に順調な生育を見せている」と話しました。



▲圃場を視察する市場関係者ら

## 需要増加にそなえて

【小千谷ナス部会】

小千谷ナス部会は7月上旬に、JA千谷集出荷場でナスの目合わせ会を開きました。生産者や市場、JA関係者ら13人が参加。

品質や大きさなどの出荷規格を共有しました。

今年の定植は5月初旬で、本格的な出荷は7月中旬から始まり、11月下旬まで続く予定です。

参加した市場関係者は「これから夏に向けて需要の増加が見込まれる。品質・量ともに安定した出荷を願いたい」と生産者へあいさつしました。



▲華クインのPRにラジオ番組に出演する金子組合長



▲ナスの出荷規格を確認する生産者ら

## 出荷2万6千玉

見込む

【小千谷すいか組合】

7月中旬、小千谷すいか組合は、スイカの本格的な出荷シーズンを迎えています。

同組合では、土地の肥沃さと昼夜の寒暖差を生かし、生産者17人が、350㍓で栽培に取り組んでいます。

スイカの出荷は、7月中旬から8月上旬まで続き、ピーク時は日量3000玉を出荷し、総数で26000玉の出荷を見込んでいます。

7月13日には、JA片貝野菜集出荷場で目合わせ会を開きました。生産者や市場、JA関係者ら32人が集まり、今年の出来を確認すると共に出荷規格や出荷日などを共有しました。

同組合の今井信一組合長は「糖度だけでなく食感等も加味して出荷をお願いしたい」と組合員へ依頼しました。

当JAの池田忠行営農生



▲スイカの出来を確認する生産者ら



産部長は「小千谷のスイカは消費者より高い評価を受けています。適期収穫で、よりの一層評価が高まることを願います」と生産者を激励しました。