



味にこだわる いちご職人
笠井 一正 さん (羽茂亀脇)



いちご

「いちご栽培を始めて12年目」という笠井さん。温室ビニールハウスでは、主に新潟ブランド「越後姫」のほか、新潟の新品種「新潟S3号（まだ名前がないそうです）」や「弥生姫」という品種を栽培されています。

「越後姫」は、冬季間は低温で日照が少ない新潟県の気候にあった品種です。笠井さんは水や肥料、温度の管理など、いちごの特性を細かく分析しながら栽培を工夫されており、平成23年度新潟県施設園芸立毛品評会では新潟県知事賞を受賞されました。また、通常よりも早い時期に「越後姫」を出荷できる栽培法にも取り組まれています。

「越後姫は果肉が柔らかくて、ジューシーです。糖度も高く、食べた後もうまさが残る。後味がいい。」と笠井さん。「佐渡でどんどんいちごがつくられるようになってほしいです。佐渡の人は、少し高くても佐渡産のいちごを選んで買ってくれるので、とてもありがたいです。味にこだわって、おいしいものをつくらないと。」と語っていました。

とれたて!

旬の仕事人

～地産地消で佐渡を元気にしよう!～

イチオシ 学校給食

赤泊中学校



デミオムライス、牛乳、
10品目サラダ、フルーツポンチ

学校給食では、食育の推進と、地場産物の使用拡大を目的に「地産地消」を意識して食材が使われています。この献立では、米、牛乳の他に、玉ねぎ、じゃがいも、大豆、ブロッコリー、キウイ、いちごが佐渡産です。また、いちごとブロッコリーは赤泊産です。



給食の様子

赤泊中学校3年生に
聞きました

「給食の思い出」

赤泊給食センターの給食はいつ食べてもおいしかったです。ブリカツやリングやいも餅などが給食にでて、赤泊産の野菜や果物もたくさんでました。給食の時間に聞いた栄養や減塩の話は今後の生活に活かしていきたいです。「デミオムライス」はいつ食べてもおいしくて、高校生になったら自分で作れるよう挑戦してみます。4月からは9年間食べた給食を参考にして、お弁当を自分で作れるようがんばります。

シリーズ

笑顔まるごと!

食育 元気①

簡単!朝食レシピ

青菜の納豆和え

●材料 (1人分)

- ・青菜類 40g
※旬の青菜を使用
- ・もやし 15g
- ・人参 10g
- ・納豆 15g
- ・しょうゆ 2g
- ・かつお節 1.5g

●作り方

- ①青菜ともやしはゆでて食べやすい長さに切っておく。人参はせん切りにしてゆでておく。
- ②ボウルに①の野菜と納豆、しょうゆ、かつお節を加えてよく混ぜる。

●ポイント

納豆は「小粒」または「ひきわり」にすると、野菜と良くなじみ、食べやすくなります。



朝食メニュー

- ごはん ●みそ汁 ●焼き魚 (佐渡産カレイ)
- 青菜の納豆和え (オータムポエム) ●季節の果物 (佐渡産いちご)
- ヨーグルトのフルーツソースかけ (佐渡産いちじくソース)