



ネギ栽培
菊地貞夫さん (四日町)



ネギ

菊地さんは、ネギを栽培して20年ほどになるそうで、収穫されたネギは農協を通して販売されています。

栽培を始めたころは、秋冬採りのネギだけでしたが、それではいけないと、夏や春に収穫できる品種を探して増やしていき、現在は2月・3月を除いて出荷できる体制になったそうです。また、連作障害を防ぐために有機物を畑に入れるなど、土づくりに気を使っているそうです。将来は、3種類くらいの作物を輪作することで、連作障害を防ぎたいとのことでした。ただ、後継者がいないので何年続けられるかな、ともおっしゃっていました。

おいしいネギを見分けるポイントは、新しいものを選ぶこと。ネギの白い部分が白くてきれいで、つやがあるものが多いネギだそうです。

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

行谷小学校



学校給食では、食育の推進と地場産物の使用拡大を目指し『地産地消』に取り組んでいます。この日の佐渡産食材は、朱鷺認証米・牛乳・とびうお・打ち豆・青しそでした。

朱鷺認証米、牛乳、とびうおのごまからし揚げ、夏野菜のあまから炒め、打ち豆汁、果物

行谷小学校の給食は、国仲学校給食センターから運ばれており、この日は両津沖で獲れたとびうおを主菜に使った給食を食べて、旬の佐渡産食材を味わいました。

給食の時間には、給食センターの栄養士から、食生活についてお話を聞くことがあり、おやつのお話がありました。児童会の健康委員会では、全児童のおやつ調べをして、ジュースやアイスクリームなどの食べすぎに注意し、朝・昼・夕の食事はきちんと食べるようお知らせをしました。

また、学校では、「佐渡の空に再びトキを」を合言葉に朱鷺にやさしい環境づくりに取り組んでいます。総合的な学習の時間に、学校田での無農薬の米栽培や生き物を増やすビオトープ作り、用水やビオトープの生き物調べをしており、秋には収穫祭を行います。



給食の様子

シリーズ

笑顔まるごと!

食育 元気 ⑱

簡単! 朝食レシピ

長ネギのマヨ炒め

●材料 (1人分)

長ネギ: 1/2本、
ちくわ: 1本、
生いたけ3個、
マヨネーズ: 大さじ1、しょう油: 小さじ1/2、
ブラックペッパー: 少々

●作り方

- ①長ネギ、ちくわは斜め薄切り、生いたけは5ミリくらいにスライスする。
- ②フライパンにマヨネーズを入れ、火にかける。マヨネーズがとろけてきたらちくわを入れて絡ませたら、生いたけを入れる。
- ③生いたけが炒まったら、長ネギを加えてさっと混ぜる。鍋肌にしょう油を落とし混ぜ合わせ、ブラックペッパーをかけて出来上がり。



朝食メニュー

●ごはん ●具だくさん汁 ●鮭のしょうが焼き ●長ネギのマヨ炒め (佐渡産) ●セロリの浅漬け ●グレープフルーツ

