



DATA

■お問い合わせ先
JA秋田おばこ
営農経済部園芸課
TEL.0187-86-0885
http://www.ja-obako.or.jp/

オススメ そらまめレシピ♪



そらまめのかき揚げ

【材料】そらまめ・タマネギ・むきエビ・小麦粉・卵

【作り方】塩ゆでし皮を剥いたそらまめと、薄切りにしたタマネギ、むきエビをボウルに入れ小麦粉を加え混ぜる。卵を加えてさらに混ぜ、少量の水を加えて混ぜる。スプーンで形を整え揚げ油で揚げる。完成!



そらまめとアスパラのペペロンチーノ

【材料】パスタ(細め)・そらまめ・アスパラガス・ニンニク・赤唐辛子(軸と種を取り2〜3つに割る)・オリーブ・油・黒コショウ

【作り方】パスタがゆであがる直前にサヤから出したそらまめと、切ったアスパラガスを加える。フライパンにオリーブ油とみじん切りにしたニンニクを入れ中火にかけ、香りが立ったら赤唐辛子を加える。それに湯切りしたパスタとそらまめを絡ませる。完成!

※マルチングとは
畑の表面をフィルムなどで覆うこと。被覆資材の種類や被覆方法により一般に地温変化の抑制、土壌の乾燥防止、風雨による土壌浸食の防止、雑草発生の抑制などさまざまな効果が得られる。



JA秋田おばこ そらまめ



とても美味しい初夏の風物詩「そらまめ」が大好きです。食べると「夏が来たな〜」と感じます! そらまめのことを教えてください。



ナビゲーター

JA秋田おばこ
営農経済部 園芸課
園芸販売担当
佐藤 広海さん

県内トツプの生産量と聞きました!
どのくらいの種類ですか。

JA秋田おばこ管内のそらまめ部会員は105名栽培面積はおよそ19ヘクタールです。出荷量はここ数年、126〜173トンほどで推移していて県内トツプです。出荷先は主に京浜方面ですね。もちろん県内にも出荷しています。管内は昼夜の温度差が大きいなど、そらまめ生産に適した条件が揃っていますが、高品質なそらまめを生産できるのは、何より部会員の努力だと思っています。おかげさまで、市場でも高い評価をいただいています。

そらまめ生産で大変なところはありますか。

収穫の時期が1週間から10日ほどと短いので、適期を迎えたら一気に収穫・選別し、出荷しなければなりません。適期を見極めて、朝と夕方涼しい時間に収穫します。育苗時期の管理にも細かな気配りが必要で、そらまめは「育苗8割」と言っても過言ではありません。温度、水の管理やピンチ作業など、要となる作業が集中します。ピンチ作業というのは、親となる枝を間引きし、脇から生長してくる子ども枝の数を増やして収量を上げるための作業です。「親の生長点を止めて子で稼ぐ」作戦ですね。当JA管内は大仙市、仙北市、美郷町の2市1町とも広いので、品質統一のための講習会は欠かせません。生産量が多い太田・田沢湖・中仙地区を中心に、講習会や目揃会などを定期的に実施しています。

春に種を播くんですね。

管内のそらまめは2月に種を播き、遅くとも4月上旬までに定植をします。すべて露地栽培なので、雪どけが遅かったり、天候不順で圃場準備が遅れるなどのリスクを軽減するため、秋に圃場を整備し、マルチング※を行ないます。そらまめを最適な時期に市場へ出荷するためには、最適な時期に定植する必要があります。残雪や春先の低温などで定植が遅くなると、収量や品質、価格にも大きな影響が出てしまうからです。

今年のそらまめは順調ですか。

今年も九州から北上する産地リレーも順調で、夏のえだまめが出回る前のそらまめ需要も増えそうです。おばこブランドを確立するために、品質と鮮度を保ちながらPRしていきたいですね。旬の時期が短いこともあり、県内ではまだまだ馴染みが薄いようです。サヤのままグリルや七輪で焼くと、中の豆がほっくりと蒸し上がり、美味しくいただけます。色んなレシピがありますが、私はそらまめのかき揚げが大好きです。栄養価が高く、ビールとの相性も抜群ですから、是非お試しください。

●そらまめは貴重な初夏の風物詩だと改めて実感! そらまめ料理にも挑戦したいと思います!



1 「収穫時期だけはお手伝いを頼んで一気に収穫だ」と、部会長の小松三千雄さん。そらまめ栽培歴15年。2 試食宣伝会ではレシピを配布。食べ方をPRすることが消費量アップにつながる。3 中央の細い線(縫合線)が見え出すと収穫適期。4 サヤから取り出した新鮮なそらまめ。「へそ」の色も収穫適期の判断材料。5 4枚目の葉が出た時に親を取った(ピンチした)跡。その後、多いものは8本の子が生長して実を結ぶ。6 出荷を待つ緑に輝くそらまめ。豆2つがM、3つがL。品種は「陵西」と「唐比の春」。7 鮮度が第一! 冷蔵車で収穫翌日には市場へ出荷。

