

JA いしかり



2020
12月号
Vol.378

2-3P 三笠高校出張レストラン in石狩

6-7P ArtWarm アートウォーム レポート

8-9P 地物市場とれのさと出荷者のページ
農業の宝☆げんきびと紹介 -Vol.12-



三笠高校 出張レストラン in石狩

MENU 一食 1,000円

前菜 鮭とエスカベッシュ 石狩サラダ仕立て
石狩産の鮭を白ワインビネガーを使用したマリネ液に漬けました。さっぱりとした味で食欲が増します！エスカベッシュと共に、石狩産のお野菜を彩りよく添えました。カレー風味のドレッシングでご賞味ください。

スープ 無添加チキンスープ
時間をかけてじっくりと旨味を抽出したチキンスープです。味付けには三笠で作られている、鶏のお醤油「鶏醬」を使用しています。

パン 道産小麦使用 三笠高校特製パン
ゆめちから小麦を使用した、三笠高校製菓部が製造したパンです。

メイン 望来豚のロースト 石狩りんごソース
石狩のブランド豚「望来豚」を柔らかくシューシーに焼き上げました。みむら果樹園のりんごを贅沢にソースにしました。甘酸っぱいソースが、豚肉の旨味、脂とマッチします。



素材の味を生かし
彩りよく
作り手の心が伝わる
スペシャルメニュー

生産者一覧

- ◆遊佐宏文（協議会会長）
：ニンニク・鷹の爪・ミニトマト・パセリ
- ◆ユメヤサイ（只野夢子）
：人参・ジャガイモ・サラダゴボウ
- ◆三宅清：ピーツ
- ◆木村果樹園（木村賢志）
：りんご（あかね）
- ◆六川正輝：かぼちゃ
- ◆ノースベストファーム
：望来豚（肩ロース）
- ◆畑山隆子：きゅうり
- ◆飛鳥農場（角野亮太）：たまご
- ◆伊藤雪津子：さやいんげん（モロッコ）・セロリ
- ◆とれのさと加工場
：石狩産サケ（オス）
- ◆伊藤佐智子：フロコリー
- ◆平野隆夫：たまねぎ



農業と食を通して石狩市に心を持っていたいただき、更には継続的良好な関係を築いていくという市とJAの共同プロジェクトの一環で、三笠高校レストランとこれのさとのコラボが実現し、10月3日〜4日、地物市場とこれのさとして出張高校生レストランを開催しました。

道内唯一の食物調理単科高校で三笠市にて高校生レストラン「まごころキッチン」を運営する三笠高校調理部が石狩産農産物をふんだんに使い、まごころを込めた特別コース料理を提供しました。今回のイベントのために生徒達が約3ヶ月前からレシピを考え、事前に石狩市の農家を訪問し、生産者のこだわりや思いを聞いてつくりあげたメニューです。

石狩市では初めての出張営業で時間指定の10回完全入替制、事前予約不可、両日150食限定として、オープン前の午前9時から食事券を販売したところ、販売開始約30分で完売という人気ぶりでした。

この日のために早朝一番ノリのお客さまは旭川在住のご家族で、「前日の夜中から石狩に向かい、すごく楽しみに待っていた」とのこと。食事を終えたお客さまに感想を訪ねると「三笠高校にある『まごころキッチン』の予約が取れずすいたけれど、今回身近でこういう機会があっ



配膳を担当してくれた藤女子大学の皆さん



テレビなどの取材がたくさん入っていました★

て初めて食べるものができて良かった。メニューに使われていた石狩の食材にも魅力を感じたので、買って帰ります」と嬉しい感想をいただきました。

調理室の窓から見える高校生シェフの姿にお客さまも興味津々の様子で、当日はテレビ取材等も入り大変な賑わいとなり、あちこちで「おいしい！」という声が聞かれ、食べたお客さまの笑顔が花咲く2日間となりました。

更に今回のレシピが、東京銀座のレストランで「石狩ナイトフェア」のディナーとして1ヶ月間振る舞われました。最終日には、市、JA、前回紹介したアグリケーションの参加者が招待され、そこでも石狩市農業への関心・関係の輪を広げ大好評の内に幕を閉じました。

この度の共同事業は、①アグリケーション（短期農業体験）②ファームピクニック（農場散歩）③食べる通信（石狩農産物付特集本）④ポケットマルシェ（アプリを使ったネット販売）⑤三笠高校出張レストランの5つの事業で関係した組合員皆さまのご理解とご協力があったり立ったものであり、ご協力いただいた生産者、北海道三笠高等学校、各関係機関の皆さま、誠にありがとうございました。

【記事担当・千田】

FACEBOOK 北海道三笠高等学校 調理部 まごころキッチン

三笠高校生レストラン MIKASA COOKING ESSOR

HPはこちら

<https://mikasa-highschool-restaurant.com/>

ポケットマルシェ☆

(ネット販売) 始めました!

ポケットマルシェとは、消費者が生産者と直接やりとりができる食べ物フリマサービスで、出店者は農家、漁師、猟師のみに限定されており、全国の新鮮な食材を届けるオンラインの産直市場(ネット販売)です。

コロナ禍での外出自粛もあり全国的にとっても人気のある販売方法の一つで、全道、全国のお客さまに石狩のおいしい食材を届けるための1つの手段として地物市場とれのさとでも10月から市とJAの共同プロジェクトの一環としてポケットマルシェを使ったネット販売を開始しました。



左上: きたあかり
右上: デストロイヤー
左下: レッドアンデス
右下: メークイン
計5キロ入りです。

ポケットマルシェのHPはこちら★



<https://poke-m.com/>



ポテトセット: 一箱1,350円(税込)
※送料は地域により異なります。

第1弾として、じゃがいも4品種を詰め合わせた「ポテトセット」、カレーが完成できるように食材を詰め合わせた「カレー野菜セット」などを出品しています。今後は、より多くのお客様のニーズに応えられるよう、さまざまなセット野菜や詰め合わせの販売を予定しており、直接足を運べない遠方の方々にも石狩産野菜を知って食べていただくための1つのツールとして活用いただけるようにしていきます。

時間を気にせず、家にながら気軽に注文できるのが良いところなので、是非一度、インターネットで検索してみてください。上手にネット販売を活用してみませんか? 【記事担当・千田】

石狩ファームピクニック

9月19日、26日、10月3日、4日、11日の計5回、『五感で感じるツアー』がコンセプトで市とJAの共同プロジェクトの一環としての石狩ファームピクニックを開催しました。石狩農業の仕組みや魅力を知ってもらうことを目指したもので、実際に市内の農場を訪れ、生産者の想い、農産物の香りや味、農村景観を楽しみながら、石狩のことをもっと好きになってもらいたいという想いが込められた事業です。

当日は、参加者が実際の生産現場である農場を訪れ、石狩市の概要説明、圃場内散策、野菜の紹介や採れたて野菜の



「ご飯一膳にどれだけのお米が必要なのか」というクイズなども交えながら、参加者に楽しんでもらう工夫を随所に散りばめ、「子どもはもちろん大人も社会見学気分です、いつも食べているはずの野菜の知らない一面を学ぶことができて興味深い」「収穫体験により子ども達が食べ物を残さずに感謝の気持ちをもつことにつながる」などの感想が聞かれました。

【記事担当・寺内】



直売所の日



10月2日の「直売所の日」にちなみ、地物市場とれのさとでは初の試みとして、お買い物をしていただいたお客さま先着50名に野菜1袋を、お子さま（小学生まで）にはフルーツゼリーの詰め合わせをプレゼントしました。

また、毎週とれのさとで出店しているキッチンカー「ときじろう」から先着50名にお団子2本セットをプレゼントするという粋な計らいでイベントに華を添えていただきました。思わぬサプライズイベントに小さなお子さまからお年寄りまで大変喜んでいただいた一日となりました。来年の10月2日の「直売所の日」は何があるかお楽しみに！

【記事担当・千田】



大人気！
とまじろうのお団子



10月2日は「直売所（ファーマーズマーケット）の日」として日本記念日協会が認定登録しました。10月2日としたのは、「JAグループが直売所を地産地消の拠点として地域経済の発展に貢献することなどを定めた「JAファーマーズマーケット憲章」の制定日（平成15年10月2日）であることや、「探れ（10）たてに（2）会おう」の語呂合わせによるものです。（JA全農ウィークリー-vol.855抜粋）



▼いくら丼



▲石狩鍋

新米販売開始!!

新米

10月10日～11日、今年も新米フェアをとれのさとで開催しました。昨年からパッケージもリニューアルした「石狩産ななつぼし（精米）」を2日間限定で大特価の1,650円（5キロ）で販売し、オープン前から長蛇の列で多くのお客さまにご来店いただきました。新型コロナウイルス感染症の予防対策により、昨年のように新米食べ比べを行うことはできませんでしたが、新米をまとめて購入するお客さまや、玄米で購入されたお客さまが精米機に並ぶ姿も多く見られ「ななつぼし」



「ゆめぴりか」「ゆきさやか」の3品種も大変好評をいただきました。また、さけまつりがコロナ禍で中止になるなど、「石狩鍋を食べられるイベントがなくて寂しい」という声も多く聞かれたため、完全テイクアウト式で石狩鍋といくら丼セットを販売しました。大変人気で各日限定100食は、なんと開始30分で完売となりました。

初日は507袋、2日は563袋、2日間では1070袋のお米がとれのさとから多くの食卓に運ばれ、大好評のうち新米フェアを終了しました。

【記事担当・千田】





▲おもちゃの部屋：おまごこと木のおもちゃがズラリ。

カフェスペース

取材当日はイベントが開催されていました。

子育て中のママたちに大人気のキダーリースさん（小樽本店や札幌中央区のマルヤマクラスに店舗有り）が、オススメのおもちゃでの遊び方を紹介し、事前に市の広報などで情報を得たという子育て中のご家族がたくさん訪れていました。

このイベントに合わせ、この日はイベントスペースにボードゲームをたくさん用意して閉店までの間、幼児から小学生まで代わる代わる親子連れが遊んでいました。



イベントのおもちゃで遊ぶ様子

良心的な価格設定のメニューに感激☆



▲おさま用のお菓子も

オープンのあたり事前に石狩の子育て中のママたちで行ったワークショップでの意見を随所に取り入れて、食器や小物なども揃えたそう。



▲レンタルBOX

（出展料：1BOX・1ヶ月/300円）店内にある棚を手作り品に限り貸出中。可愛い小物がたくさん。これを目当てに訪れるお客さまも。



▲こだわりのティーセットとおさま用ジュース

カフェスペース ArtWarm Café ほわぼわ

『ほわぼわ』は、子育て中のお母さんたちがスタッフとして活動しているカフェです。親子で気軽に来ることができて、おいしい飲み物でリフレッシュできる場所、お母さんが元気になれるカフェをめざして子育て支援ワーカーズぼけっとママが運営しています。明かり取り窓から差し込む柔らかな日差しとレンガ造りの落ち着いた空間は訪れた人をおだやかな気持ちにさせてくれ、オウチとはひと味もふた味も違うティータイムを過ごすことができます。託児経験が豊富で心配りの行き届いたスタッフのあたたかい対応に誰もが癒やされそう。お子さま連れはもちろん、そうでない方も気軽に立ち寄ることができる心地よい空間です。



木の砂場



丸い木の枠に木の玉がいっぱい。北海道産材のナラ、カバ、アサダ、イタヤ、イチイ等がふそろの形に。木のイイ香りがします。手や足など、からだ全体で木とふれあうことができる楽しいおもちゃです。オープンにあたり、どうしても設置したかったという『木の砂場』。石狩管内にあるのは数カ所のみで、今年はコロナ対策のため設置を控えていましたが、石狩市内で触れることができるのはここだけです。



▲ボランティアさんによる手作りケーキは保存料を加えていないので安心。格安で毎回違うのもお楽しみ。この日はハロウィンに合わせて、カボチャ入りのプリンとシフォンケーキ。

今年は平日に加えて、月に一度（不定期）土曜日にカフェをオープンしたところ、なかなか好評とのこと。冬の間はクローズし、来春から再開の予定。今年の営業は11月5日で終了しています（イベントスペースは12月中旬まで受け付けています）ので、来春のオープンをお楽しみに。詳細はカフェのインスタ、ぼけっとママのフェイスブックをご覧ください。

店舗情報

営業時間：水曜日・木曜日 10:30~15:00（5月~11月の営業）
住所：石狩市花畔1条1丁目56番地
備考：ワンドリンクオーダー制、ジュース・お菓子以外持ち込み自由（昼食・おさまのお茶など）
問い合わせ：090-8636-2004
ぼけっとママ 宮田さんまで



ArtWarm アートウォーム



レポート

道道44号石狩手稲線沿いの花畔資材倉庫のお隣にある「アートウォーム」はご存じですか？前の道路はよく通るけれど入ったことはないという方もまだ多いのではないのでしょうか。今回は、ArtWarmさん（以下「アートウォーム」）にお邪魔して資材課の中澤がレポートしてきました。



資材課 中澤 魁 職員

アートウォームとは？

昭和36年に当時の花畔農協が建てたレンガ造りの農業倉庫を改修し、文化芸術の発信基地として平成14年にアートウォームとして生まれ変わったもので、現在も当JAがオーナーとして貸し出している建物です。

誰もが気軽にアートにふれ、感じられる心地よいアートな生活を提案するために活動・発信する場で、内部はカフェスペースとイベントスペースがあります。最近SNSやママたちの口コミで訪れるお客さまも多く、一度訪れると雰囲気が良いと評判が良くリピーターになるそう。



イベントスペース



Q. 施設のオススメポイントは？

A. 広さ約160㎡のホールは自由にレイアウトできるので幅広い用途に使用可能です。客席用のパイプ椅子は150席設置可能。また、初めてホールを使う方へアドバイスやアイデアを提案し、第一歩をサポートしています。

Q. 利用はどのようなものですか？

A. 美術協会の展覧会や子ども劇団の演劇、落語鑑賞会、ジャズ演奏会、読み聞かせ、音楽教室発表会などでもお使いいただいています。

Q. スタッフや宣伝はどうしているのですか？

A. スタッフはボランティアで活動し、宣伝は市の広報やツイッター、フェイスブックなどのSNSで行っています。

Q. これからの展望は？

A. 自由な発想を持った方々に自由に利用していただきたいですね。

Facebookはこちら



イベントスペースの予約・問い合わせ先

電話：0133-64-4664
Eメール：artwarm@hotmail.co.jp
アートウォーム検索予約ページより



地物市場とれのさと出荷者のページ



隆夫さんご夫妻&長男の純一さんご家族

前列左:幸子さんと孫の美音ちゃん 前列右:隆夫さん
後列左:純一さんの奥様の亜梨沙さん 後列右:長男の純一さん

いつから生振で農業をされているのですか？

隆夫さん: 父親(明夫さん)は石狩地区の高岡で生まれ、その後、生振に土地を買って家族で来たんだ。私は高校卒業と同時に父親の後を継いで、最初は水稻を中心に作っていたね。

お二人の出会いとご家族は？

幸子さん: 私は北生振出身(旧姓:木村さん)で、お互いに地元の青年会に入っていて市の青年団体の行事で知り合ったの。青年仲間の協力もあってグループ交際から始まったのよね。

隆夫さん: 昭和50年に結婚して、子どもは娘二人と息子一人。孫が3人いるよ。

幸子さん: 6月に女の子の孫が生まれて、お父さんはメロメロだもんね。



▲特等席のマッサージチェアがお気に入り



▲たまねぎ畑の手入れ中



▲ニッカポッカ姿の職人に変身した隆夫さん

何をしている時が幸せですか？

隆夫さん: 孫たちやヤマトと一緒に遊んでいる時かな。

幸子さん: みんなで笑ってご飯を食べている時かな。今、とっても幸せですよ。



ヤマト君 3歳♂

◀いつも笑いのタネをまいてくれるムードメーカーの愛犬

ずっと農業一筋ですか？

隆夫さん: 農家もやりがいの一つだけど、農閑期はずっと内装の仕事をしていたね。妻の弟が建築業を営んでいて、冬の間だけけど20年以上手伝って働いたよ。

隆夫さんのお母さんのミチ子さん(96歳)今は希久の園で元気に暮らしています。茶の間の写真でいつも見守ってくれているそう。



「とれのさと」はどうですか？

幸子さん: 朝、出荷に行った時に出荷者やスタッフみんなに「おはよう」とか声をかけてもらうのが嬉しいかな。あの活気がたまらなく好きで、活力になるの。私も頑張ろうって仲間のパワーをもらえてる感じがして、1日のエネルギーになったり、おかげで楽しく仕事させてもらってます。

取材当日は末っ子の純一さんがたまたま遊びに来ていて、とてもフレンドリーで明るい笑顔が印象的でした。札幌でレストランを営んでいてタカトシランドにテレビ出演も。店内の内装は3ヶ月掛けて全て純一さんがつくりあげ、大工仕事は小さな頃から見ていたお父さんの影響とのこと。実家の生振産野菜をふんだんに使い、安くて美味しいと評判です。将来は、地元に戻って実家の畑のすくそばでお店がやれたらイナと。

ristorante Junari ~レストランテジュナリ~



道産牛100%にこだわった肉肉しいハンバーグ

厳選した22種類のスパイスを合わせたクセになるカレー

住所: 札幌市中央区南14条西6丁目5-1
KCメープルコート4階
電話番号: 011-838-7884
営業時間: 【火~日曜日】 11:30-14:30 / 17:30-20:30
※ラストオーダーは30分前



▲平成11年の農協だよりにもご登場いただきました

【記事担当: 寺内・袴田】

育てている野菜

玉葱、馬鈴薯、フロッコリー、長ネギ、ミニトマト、ズッキーニなど

とれのさとに出荷している野菜

玉葱、馬鈴薯、フロッコリー、長ネギなど

農作物を作るうえでのこだわり

野菜づくりには資本も大事だけど、やっぱり愛情を込めて作らないとイイモノは採れないね。毎日様子を見に行き、手間や愛情をかけた分だけ応えてくれるからね。

消費者の皆さまへ

安心して食べてもらえる作物をつくり、自信を持って出荷しています。うちの野菜を買ってくださってありがとうございます。これからもよろしくお祈りしますm(_ _)m



愛情たっぷりの玉ねぎはとれのさとに出荷しています♡

思い出の写真 真のコーナー



隆夫さん 20代の頃

幸子さん 結婚前の10代の頃

結婚は隆夫さん24歳 幸子さん20歳の時

次女と一緒に隆夫さん 20代の頃

消防団で30年以上活躍されました 最後列左から4番目 隆夫さん 20代の頃

田植えの差し苗で 30代の頃

長男の小学校入学式で 30代の頃



第93回 卒業証書授与式

長女の小学校卒業式で 町P連会長の隆夫さん(右から2番目) 幸子さん(右端) 30代の頃



▲第1町内会の女性の新年会で (最後列・右から5番目) 40代の頃

娘さんとのバリ旅行で 幸子さん 50代の頃



お互いの還暦祝いで九州へ旅行に



▼孫の美音ちゃん 100日記念に

売 買 物 件 募 集

JAいしかりでは、
売買物件を募集しています。

農 地

規模拡大のため農地を購入したい
高齢化により農地を売却したい

農地の売却・購入をお考えの方

営農課 石狩市八幡2丁目332-11
TEL: 0133-66-3344



戸 建 て 宅 地

家を建てたいので宅地を購入したい
居住中の不動産を売却したい

宅地等の売却・購入をお考えの方

金融課 石狩市花畔1条1丁目2-1
TEL: 0133-64-1215



一度、JAへ
相談してみよう!

【記事担当：西塔】

年 末 年 始 業 務 の お 知 ら せ

※12月25日(金)は全部門通常営業		12月28日(月)	12月29日(火)	12月30日(水)	12月31日(木)	1月1日(金)	1月2日(土)	1月3日(日)	1月4日(月)
本 店	金融共済課	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	通常営業
	総務課	通常営業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
	青果課	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
	米麦課	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
	営農課	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
	資材課	休業	休業	休業	休業	休業	休業	休業	通常営業
花畔支店	金融課・共済課	通常営業	通常営業	通常営業	休業	休業	休業	休業	通常営業
給 油 所	八幡給油所	通常営業	通常営業	通常営業	時間短縮営業 8時～12時 ビット作業は休止	休業	休業	休業	通常営業
	花畔給油所	通常営業	通常営業	通常営業	時間短縮営業 8時～18時 ビット作業は休止	休業	時間短縮営業 9時～17時 ビット作業は休止	通常営業	
とれのさと		通常営業	通常営業	時間短縮営業 9時30分～12時	休業	休業	休業	休業	通常営業

※とれのさとは1月4日～3月31日まで冬期営業のため、営業時間が10時～15時、定休日が毎週水曜日に変わります。

年末年始の
休業期間中
事故対応

◆カード・届出印・通帳の紛失◆

JAバンクキャッシュカード
紛失共同受付センター
【休日24時間対応】
【平日17時～翌日9時】
連絡先: 0120-944-904
(フリーダイヤル)

◆交通事故等◆

JA共済事故受付センター
(365日24時間対応)
連絡先: 0120-258-931
(フリーダイヤル)

◆車両トラブル等◆

JA共済サポートセンター
(365日24時間対応)
レッカー・故障等のロードサービス
連絡先: 0120-063-931
(フリーダイヤル)



目次

J A いしかり 12月号 Vol.378

1 表紙

2 三笠高校

3 出張レストラン in 石狩



4 ポケットマルシェ始めました!/
石狩ファームピクニック

5 直売所の日/新米フェア 新米販売開始

6 ArtWarm

7 アートウォーム レポート



8 地物市場とれのさと出荷者のページ

9 農業の宝☆げんきびと -Vol.12-
平野 隆夫さん・幸子さん



10 売買物件募集

年末年始業務のお知らせ

11 Information

目次/理事会だより/組合員資格確認のお願い

12

…連載…

千田翔太の

とれのさとイチオシコーナー



理事会だより

第9回 定例理事会

～令和2年10月20日～

■ 決議事項 ■

- 1) 貸付金の審査について
- 2) 貸付金の返済条件変更について
- 3) 余裕金運用規程並びに余裕金運用にかかるリスク管理手続きの改正について
- 4) 給与規程の改正について
- 5) 災害対策計画(BCP等)の改正について

■ 報告事項 ■

- 1) 農産物出荷状況等について
- 2) 4地区合同JA理事研修会について
- 3) 新穀感謝祭の実施について
- 4) 地区別懇談会の開催について
- 5) 年末年始の営業について
- 6) 不祥事未然防止にかかるJA自主点検の実施について
- 7) 今後に向けた新型インフルエンザ等に係る対応について
- 8) LPガス取扱い状況等について
- 9) JA経営基盤強化について
- 10) 9月末決算見込について

組合員資格確認のお願い

当組合定款により、組合員加入申込時の提出書類記載事項に変更があった場合や、組合員資格に変動等があった場合は、その旨を届けていただくことになっております。

つきましては、組合員資格・氏名・住所・電話番号等の届出事項に変更・修正があった場合は、総務課へお申し出いただきますようお願いいたします。

当組合の組合員資格

(組合員の資格)

定款第11条 この組合の組合員は、正組合員及び准組合員とする。

正組合員資格

(1)(2)(3)のいずれかに該当するもの。

- (1) 10アール以上の土地を耕作又は300平方メートル以上の温室(ビニールハウスを含む)を経営する農民で、その耕作する土地又は温室もしくは住所がこの組合の地区内にあるもの。
- (2) 1年のうち90日以上農業に従事する農民で、その住所がこの組合の地区内にあるもの。
- (3) 農業を営む法人(その常時使用する従業員の数が300人を超え、かつ、その資本の額又は出資の総額が3億円を超える法人を除く。)であって、その事務所又はその経営に係る土地がこの組合の地区内にあるもの。

准組合員資格

(1)(2)(3)のいずれかに該当するもの。

- (1) この組合の地区内に住所を有する個人でこの組合の事業を利用することが適当であると認められるもの。
- (2) この組合から事業に係る物資の供給又は役務の提供を継続してうけているこの組合の地区内に勤務地を有する個人であって、引き続きこの組合の事業を利用することが適当であると認められるもの。
- (3) この組合から事業に係る物資の供給又は役務の提供を継続してうけているこの組合の地区外に住所を有する個人であって、引き続きこの組合の事業を利用することが適当であると認められるもの。

※当組合の地区は、石狩市一円【浜益区・厚田区(聚富川右岸地区を除く)を除く】札幌市一円及び当別町字高岡の区域とする。

イチオシコーナーではオススメ商品はもちろん、農家の皆さんが丹精を込めて作った野菜やお米を使ったレシピもご紹介しています。

イチオシコーナー



農家's
キッチン

近年、石狩市でもサツマイモを栽培していて、認知度が上がっています。
とれのさとでは石狩産サツマイモを使用した「焼きいも」「おさつもち」「スウィートぽと」を販売しています！
冬の寒い時期にはホクホクの焼きいもで暖まりませんか？是非ご賞味ください！

石狩産サツマイモのワンハンドスイートポテト

… 材料 …

- 石狩産サツマイモ：550g ●無塩バター：40g ●砂糖：80g ●卵：1個 ●生クリーム：60ml
- 《仕上げ用》●卵黄：1個分 ●黒いりゴマ：小さじ1

… 作り方 …

- 《準備》型にあらかじめクッキングシートを敷いておき、オーブンは180℃に予熱しておきます。
- ①サツマイモは皮をむき、1cm幅の半月切りにします。水に10分程さらした後、水気を切って耐熱ボウルに入れ、ラップをかけて柔らかくなるまで500Wの電子レンジで7～8分加熱します。
 - ②熱いうちに無塩バターを加えて、なめらかになるまでつぶします。砂糖、卵を入れて混ぜ合わせ、なじんだら生クリームを少しずつ加えて混ぜます。
 - ③型に入れて、表面を平らにします。表面にハケで卵黄を塗り、黒いりゴマを散らし、焼き色が付くまで180℃のオーブンで30分ほど焼きます。
 - ④粗熱が取れたら型から外してカットしたら出来上がり。

◆ サツマイモの効能 ◆

サツマイモの**ビタミンC**はデンプンに保護されているため熱に強く、含有量はりんごの約7倍！抗酸化作用があり白血球の免疫力を高め風邪にかかりにくくする効果や肌をなめらかにしてハリを保つ効果も。**食物繊維**は腸で分解されずに便秘解消や有害物質を吸収して排出する働きがあり、サツマイモにしか含まれず身と皮の間にある成分の**ヤラピン**は胃の粘膜を保護し腸のぜん動運動を促進させてくれます。**βカロテン**は体のさびつき予防効果があるとされ、黄色が濃いほど含有量は高いそう。



とれのさと商品

焼きいも

200円(税込)

オープン前に店内の遠赤外線釜の中でホクホクに焼いたサツマイモは一年中人気が高い商品です。



おさつもち

140円(税込)

追熟により甘味が増した石狩産サツマイモ☆旬のおいさを真空パックで閉じ込めました。そのままでももちろん、焼いて食べるとより一層美味しく召し上がれます。

スウィートぽと

850円(税込)

石狩農業女子プロデュースのスイートポテトは、手作りで無添加なので安心して食べられると評判です。

