

陣屋門だより

旬菜ichiba陣屋門では、株式会社アイ・エフ・シーのレストラン部門として 今が旬の野菜・果物の良さを最大限に活かせるメニューを日々考えてお客様にご提供しております。

春爛漫の良い季節になりましたね！

コロナウイルスの影響で今年の春は団体での歓送迎会やお花見の宴会ができないなど色々と制限がありますが、普段から小さな楽しみを見つけていきたいですね！

陣屋門はこの季節だけのこ
尽くしです！

当店で春の味覚を楽しんでく
ださい♪



『たけのこの天ぷら』



『たけのこバター醤油パスタ』

旬菜ichiba陣屋門

～旬の野菜・果物を使ったメニューと地酒をご用意しています～
茨城県石岡市石岡3202（石岡中央青果市場敷地内）

TEL：0299-56-4088

定休日：日曜日

【昼】11:30～14:00

【夜】17:00～CLOSE 24:00



生産者の皆さまへ

※重要なお知らせ

出荷日から2年を過ぎてしまうと、品代金のお支払が出来なくなってしまいます。
お手元の伝票に未清算の物があれば、お早目に窓口までお越しくださいませう
お願い致します。



※物流事業部からのお知らせ

『石岡の市場まで持っていくのはちょっと大変』『重いからトラックの積み下ろし
が大変』『忙しくて石岡まで行っていない』そんな悩みにも、ご相談をお受け致します！
お気軽にご相談してください。（流通管理部 佐藤 080-3623-8231）

発行元：株式会社い印

茨城県石岡市石岡3202番地
TEL:0299-23-6125(代表)

石岡中央青果株式会社 TEL: 0299-23-6121

株式会社アイエフシー TEL: 0299-24-1601

あづま総合青果株式会社

株式会社ドリームデリバリー

い印かわら版

2021.4月号
(vol.94)

今が旬！

産地紹介

春メロン

小池さんファミリー <<小美玉市>>



出荷も始まります。収穫直前まで育ち続け、糖度も上がるので、収穫のタイミングもしっかりと見極めます。寒暖差など、ほどよいストレスも美味しさのポイントになるそうです！

全部で40棟ほどあるビニールハウス(圧巻の景色です！)には、それぞれ品種、苗の定植日、受粉日などが書かれていました。

ハウスと言っても、配置されている場所により風の通り方も異なり、長さも一番長いものでは100mもあるそうなので、両端と中心部でもハウス内の状況がそれぞれに変わるため、熟練の経験と勘も活かしながら、緻密にハウスの換気作業も細やかに行われているそうです。最近ではスマホ一つで雨雲レーダーも見られ、お天気の予報も当たるようになったので、助かっているそうです。ハウス内の換気は大事でも、風が通り抜けることで病気が発生する原因にもなるのでお天気、風向きには慎重です。メロン栽培の大変さは、とにかく機械を頼れないこと、温度管理、受粉や摘芯などの全ての作業が手作業のため、1人が行える作業量に限界があり面積が増やせないことだそうです。半年間、天塩にかけて育てられた春のメロンをよろしくお祈りします♪



新年度も始まり、もうすっかり春ですね！先月号では、日々の寒暖差の開きが大きくなってきて…とお伝えしていた本紙ですが、もうあつという間に、この一か月ほどで春の装いとなりました。特に今年は例年になく温暖な3月となり、桜の開花も早く、すでに薄着で出かけられるほどになりました。

そして4月号といったら欠かせない、と言っても過言ではない取材回数を誇る産地取材が「春メロン」です。茨城の中でも古いメロンの産地の一つ、旧美野里町で、親子でメロンを育てている小池さん。

今年の生育状況は順調で、寒さ厳しい冬でしたが、その代わり晴天の日がとても多く、ほとんど曇天が無かったことが幸いして、とても良い出来が期待できるとの事でした。今月の10日頃には「オトメ」(青肉)が出荷となり、その後続いて20日頃には「レノン」「レノンハート」(赤肉)の

市況情報

今月から高齢者の方々もワクチン接種が予定され、少しずつではあるものの、収束へ向かっている気がします。ただ、一人一人の感染対策は今まで通り必要なのは変わらないでしょう。

4月は新物や春野菜というネーミングで商品をアピールしていく時期です。その代表として玉ねぎ、〇芋、人参の提案が良いと思います。また茨城県産のレタス、白菜をアピールしていくほかに、キュウリ、トマトといったサラダ野菜、山菜、豆類、そのほかにも山うど、フキも出回る時期なので、春らしさを強調していきましょう！(荒川)



石岡中央青果 今月のオススメ食材

4月：今が旬の商材紹介

レタス／茨城県産

冬の寒さも落ち着き、暖かくなってきた中、春レタスの出荷ピークを迎えます。今年は雪も降り、出荷に影響があったと思いましたが、順調に生育し、例年より2週間くらい早い出荷のようです。サラダには欠かせないアイテムです。ぜひ一度手に取って食べてみてください。(大枝)

サヤインゲン／茨城県産

当市場で取扱いしている、絶品・美味の笠間インゲンを是非お試しください。サヤインゲンはインゲン豆と若いサヤをまるごと食べる、美味しい野菜です。必須アミノ酸であるリジンが含まれ、カルシウムの吸収を高めたり、新陳代謝を良くして肌をきれいにしてくれます。(高田)

カブ／茨城県産

カブはアブラナ的一种で、チンゲン菜や白菜キャベツなどの仲間のあたり、日本で古くから親まれてきた野菜です。主な有効成分として根の部分はアミラーゼを含んでおり、整腸効果があり、葉の部分にはβカロテンが多く、抗発ガン作用や免疫賦活作用があります。かぶは根の部分より葉の部分の方が多く栄養を含んでおります。(大枝)



5月の新商材～旬の走り～

大根／茨城県産

原産地は地中海近辺や中東で紀元前古代エジプトで栽培記録があるほど古くからある大根。品種は青首大根で、水分が多く柔らかくしかも煮崩れしにくく、おろしても辛味が少なく他と比べて際だった甘味が特長です。今が美味しい春大根をぜひご賞味下さい。(鬼澤)

ナス／茨城県産

当市場では、茨城県内産の長卵型ナス「あのみりのリナス」と卵型ナス「式部ナス」を中心に取り扱っています。調理については、煮て・焼いて・漬けて・和洋中なんでも御座れ！フルコースの食材ですね。

ナスの旬は7～9月ですが、ハウス栽培物をひと足お先に美味しく頂きましょう。私のお奨めメニューは「焼きナスの鰹節和え」トロツととろける食感はマサに絶品です。お酒のお供にナンバーワン！(高田)



ソラマメ／茨城県産

そら豆は旬が短いと同時に鮮度が落ちるのも早いので、大量に手に入ったらすぐに下茹でして、その状態で冷凍保存するのが良いでしょう。

まずは茹でたてを食してビールで流し込む・ウー・ン最高！そら豆に多く含まれているビタミンB1は、糖質やアルコール、乳酸を分解してエネルギーに変えるのを助けてくれます。

体にもとても美味しい優れものですよ！ご家族みんなでお試しください！(高田)

詳しくは市場担当者まで！
お気軽にご連絡ください！！

高田 080-3157-8656／長谷川 080-3157-8660／酒井 080-9688-3366

鬼澤 080-3157-8658／中村 090-6489-9713／友部 090-9133-3367

大枝 080-3157-8664／荒川 080-3311-1985／萩原 090-5581-1647

2月22日 オープン!

当店は最高に美味しいクレープ生地と
思い出と一緒にあるクレープを
目指しています。

大事にしているのは食感と風味。
茨城県産蓮根パウダーとたっぷりバター
を生地に配合。

もちりしっとり感とふわっと香る香ばしさが楽し
める土浦店オリジナルのクレープ生地に仕上げました。



【季節限定】モンブラン ¥600

CREPE MENU

甘いクレープからお食事系クレープまで!
全27種類のラインナップ



【人気No.1】

濃厚チョコレート&バナナ
¥600

Tokyo Crepe Girl

東京クレープガール

東京クレープガール

茨城県土浦市有明町1-30

プレイアトレ土浦 ステーションロビー2F

(ナナイロ イート ホーム内)

定休日 プレイアトレ土浦に準ずる

TEL 029-825-7716

平日 13:00-19:00 土日祝 11:30-19:00

情報ライブ 又カタ屋

毎度おなじみ? 額田が語る豆知識語録

食欲が増す! 手作り調味料

ピリット辛味の自家製簡単ラー油

生のトウガラシの種を抜いて刻んでごま油につけておくだけです。

種を抜くとマイルドな辛味で炒め物や生野菜、玉子焼きなどに
かけるのもハオツ(好食)ですよ。

醤油漬けニンニクで食欲増進

ニンニクの薄皮をむいて軽く水洗いか湯通しする。

水分を取りビンに入れ、醤油をひたひたに入れる。

蓋をして冷蔵庫に入れて一ヶ月後から食べごろになります。

いつもの醤油がグーンとトレビアーンですよv(^)v

