

い印かわら版

2021.5月号
(vol.95)

今が旬！

産地紹介

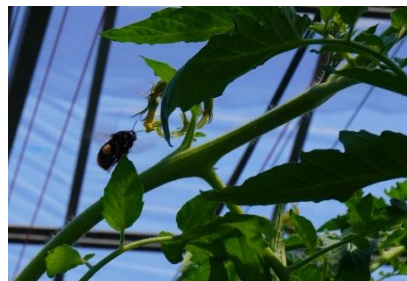
今が美味しい！促成トマト 〇梅出荷組合／茨城町



はい！いきなりですが、トマトの旬はいつだと思いますか？夏？冬？夏野菜なので、真夏でしょう！？量販店さんなどはご承知のとおり、茨城のこの時期の作型ですと、今が旬！ということになります。

トマトの栽培は、夏に向かって前年の秋にハウスに定植して3月頃から夏のはじめの7月下旬頃まで収穫をする「促成」と、6月下旬頃に定植をして、真夏の酷暑を通り抜けて、8月～霜が降りる11月上旬くらいまで収穫をする「抑制」と、主に年に2作の栽培時期があります。（※産地や生産者様により、期間は多少前後します）それぞれの作型により、一番味が乗って美味しい時期、たくさん採れる時期があるので、それぞれのピークが旬ということになるので、実は真夏ではないんですね。トマトの原産地はアンデス高地なので、非常に寒暖差の大きく、乾燥した気候で、昼間は焼けるように暑く、夜は凍える程寒い、そんな寒暖差のストレスを受ける時期が

トマトの美味しくなるタイミングのようです。今回お伺いしたのは、茨城町にある〇梅出荷組合（志富行夫組合長／組合員9名うちトマト生産者6名）の富山典之さんのハウスです。



カラっとした快晴のこの日は、ハウスの中の暑さもなかなか、天井にある換気窓が自動制御されていて、排熱をしていました。ハウス内はもう夏の装いです！

品種は桃太郎ホープなどで、大玉になりやすく、甘さと酸味のバランスが良いそうです。5月が一番気候がよく、寒暖差が丁度良いので、味も一番美味しい時期とおっしゃいます。そろそろ冷たく冷したトマトにかぶりつきたい気温になってきましたし！ぜひガブッと食べてほしいですね。今年の出来は例年並みで天気が良い日が多いので、順調とのことです。真夏を通る作型のほうが、日本の真夏はジメジメ、夜も暑いので、管理が難しく、暑さは冷やせないから・・・とご苦労があるようです。

ところで、上の写真は見えますか？大きな黒い蜂が一緒に働いているんです！

昆虫苦手な筆者は、高田さんに見つからないよう、必死に冷静さを装いました（笑）体長3cmはあろうというクロマルハナバチはトマトの受粉をしてくれる大切なパートナー。温和で刺さないので安心して飼える日本産の蜂なのだそうです。春のトマト、今が食べごろです！



市況情報

5月は気温の上昇もあり、品質劣化（病気等）の時期でもあるので、この時期から生育管理、予防管理にも充分注意していきましょう。地場野菜については、大根、レタス、きゅうり、タマネギ等がピークを迎え、売りやすい価格になる見通しです。また豆類、アスパラといった商品も販売の中心になるでしょう。（荒川）



石岡中央青果 今月のオススメ食材

5月：今が旬の商材紹介

あのみのりナス／茨城県産

石岡市場では、鉾田地区・小美玉地区から高品質で省力栽培のできる「あのみのりナス」を数多く取扱っています。

とにかく調理の幅が広く、和・洋・中すべての食材にマッチしていて、みんなに愛される野菜の一つです。

お箸が止まらない美味しい料理を作って、たくさん食べて元気にスタートしていきましょう！

カンパ〜イ♪(高田)

葉ショウガ／茨城県産

初夏の爽やかな口当りで葉生姜、代謝と血行を高め、ニンニクと同様抗菌、抗酸化作用が有り、DNAを守り、コレステロールを減らすジンゲロールが含まれる。

何と言っても日本な夏の晩酌には欠かせませんよね(鬼澤)

新玉ねぎ／茨城県産

茨城県産新玉ねぎの出荷が始まりました。

行方地区、出島地区共に今年も品質良い物が揃っています。

気温も上がってきたため、サラダを中心として需要も高まっています。

旬の商材をどんどん使っていただけるようお願いします。(鬼澤)



6月の新商材〜旬の走り〜

レンコン／茨城県産

6月からハウス物のレンコンの出荷が始まります。新物はとてもみずみずしく、シャキッとした食感で、先端部分はさっとお湯にさらせばサラダでも食べられるほどです。出荷期間が短いハウス物もぜひご賞味ください(荒川)

新じゃがいも／茨城県産

当市場の馬鈴薯産地には、主に「とうや」という品種の作付けをお願いしております。

芽が浅いため見た目がよく、食味も優れた品種です。

鉾田地区、行方地区、小美玉地区を中心として6月上旬から始まります。是非ご賞味ください(鬼澤)



桃／山梨県産

桃は中国が原産といわれ日本には縄文時代の末期から食べられていたようです。

桃の食物繊維には整腸作用のあるペクチンが豊富に含まれており便秘改善に効果が期待できます。

これから出荷される生産者も、通常より収穫時期を遅らせ、糖度上げてから出荷になりますので、味も「ピカー」です。一度食べてみて下さい(大枝)

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

アイエフシーより《今月のお店紹介》

IFCでは掲載希望のお店も随時募集中です！お気軽に担当まで！！(菊池 080-3157-8673)

3/16日にオープンしました。

石岡市役所内にあり、ランチ営業のみ行っております。

日替わりランチは税込み800円でサラダとスープも付いています。

また、テイクアウトも行っております。

日替わりランチとは別にサンドイッチも販売しており、

具たくさんのボリュームサンドイッチと

豆乳クリームと生クリームのフルーツサンドがあり、

こちらはカロリーを通常に抑えています。

ぜひお越しください。インスタグラムも行っております。

☆市内で生産された食材を使ったメニューをご提供いたします！

●日替わりワンプレートランチ

●サンドウィッチ

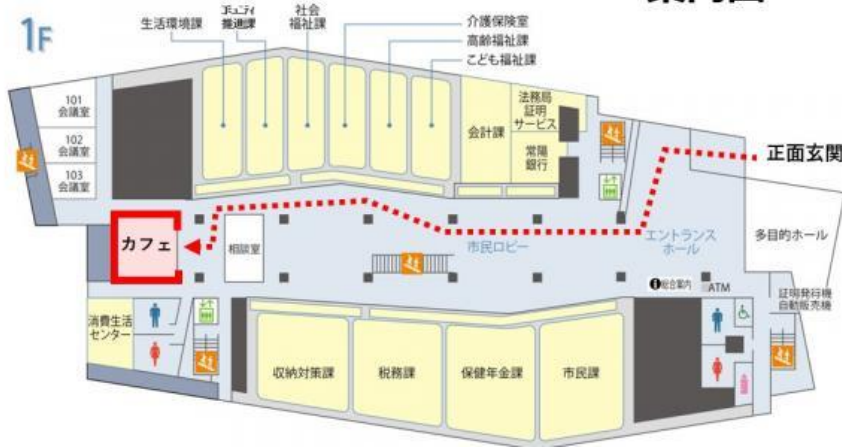
●コーヒー、カフェラテ など

※写真は、実際の提供メニューと

異なる場合があります。



椿姫苑カフェ ことちゃんひめちゃん 案内図



石岡市役所内カフェ TSUBAKIEN CAFE

営業日: 平日のみ(市役所開庁日)

営業時間: 午前10時～午後3時

場所: 市役所本庁舎1階

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

朝から元気に 疲れをふっとばそう!

朝の元気は夕食の影響が大きい。

疲労回復に効果的なビタミンB1を含む「豚肉」

抗酸化作用が有るβカロチンやビタミンCを含む「パプリカ」

血行促進し、しみ・しわを予防しホルモンバランスを整えるビタミンE

動脈硬化、心筋梗塞、高血圧を予防するセサミンを含む「ごま」

食物繊維が多く血糖値の上昇を緩やかにする「きのこ類」等

これらの食材を使って肉野菜炒めなどのメニューが翌朝の元気につながります!



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。

5月は緑が美しく気候としても過ごしやすい一番清々しい季節ですね♪

陣屋門では、この季節美味しいアスパラのメニューが人気です！

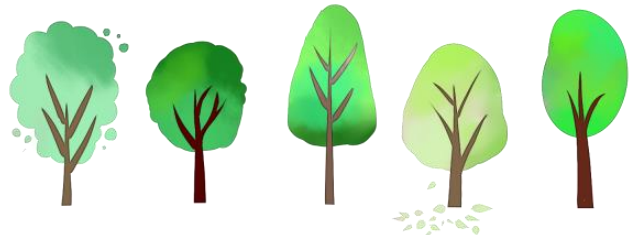
アスパラ弓豚巻きのニンニク醤油ソテーとアスパラ弓豚巻きフライ♪あなたはどっち派ですか(^^)？

大型連休中も元気に営業します！

『アスパラ弓豚巻きのニンニク醤油ソテー』



『アスパラ弓豚巻きフライ』



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すようお願い致します。



※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