

今月の食材



いちご

フルーツの中でも圧倒的な人気者はいちごです。いま、いちご狩りも真っ盛りで市内でも3戸の会員が頑張っています。老若男女を問わず愛されているいちごですが、皆さんがまだ知らない「いちご」の魅力をお伝えしたいと思います。いちごの種類ってどれくらいあると思いますか？いちごの種類だけでも100種類ほどあると言われています。かつては「女峰」や「とよのか」の2種類がほとんどでしたが、今は「あきひめ」や「紅ほっぺ」などが作りやすく美味しいので人気もあるようです。いろいろな品種改良が行われているため、苺＝赤色ではなく白い苺も出回っています。将来的にはもっとたくさんの美味しいいちごが出てくる可能性が大きいですね。

いちごの歴史は古く、石器時代にまでさかのぼります。人は狩りや漁、木の実などを取って生活をしており、その時に野生の野いちごを取って食べていました。そして、この頃はいちごの実だけではなく葉っぱや茎、根なども薬として利用していたそうです。

日本へは1830年にオランダ人によって持ち込まれたと言われています。しかし、当初は食べることもなく観賞用でした。本格的に食べられるようになったのは、1870年代にアメリカなどから伝わった種類が現在のいちごの基になっているようです。

いちごのあん巻き

- 1 いちご(5個)はヘタを取って洗い、水けをふいて四つ割りにする。こしあん(150g)は10等分にして丸める
- 2 白玉粉(80g)をボウルに入れて分量の水を加え、白玉粉の塊をゴムべらでつぶしながら、なめらかになるまでよく混ぜる 薄力粉(50g)砂糖(大さじ1)を加え、よく混ぜ合わせる
- 3 フライパンを熱し、サラダ油(少々)を薄くぬって弱火にする2を大さじ2ずつ細長く(5×14cmが目安)流す 火が通って表面が白く乾いてきたら裏返し、焼き色をつけないように表面を焼く 焼き上がったものはバットなどに上げ、冷ましておく
- 4 3を縦に置き、手前にのこしあん1コをのせる いちご2切れでこしあんをはさみ、手前からクルリと巻く 残りも同様に巻く



ニュース



新年初売りはぜんざい!

1/6 新年初売りにて恒例のぜんざいの振舞いを行いました。この日は寒い日で大きな鍋2杯が完売となりお客様に大変喜ばれました。またうりぼうのお酒やいなべ蕎麦、お買物券などが入った福袋も早々に完売となりました。



あなたも野菜作りに挑戦しよう!

チャレンジ農園入園者募集!!

今年度新規の入園者を募集いたします。うりぼうのベテラン農家指導のもと年間30種類の野菜を作付し、野菜作りに必要なものはすべて農園で用意しますので、初心者の方でも気軽に参加できます。なお、3月には入園希望者の説明会を開催しますのでまずは、うりぼうの事務所までお申しください。

利用期間 3.4 ~ 4.2

利用料金 (入園料と収穫物の代金)

・100㎡コース 50,000円

・50㎡コース 30,000円

猪名ひめが豪州へ

いなべのミルクィーンで造る純米酒「猪名ひめ」が東員町出身の店主が営むオーストラリアのメルボルンの日本料理店「勘兵衛」の十周年記念にご購入いただき、このほど酒造元の稲垣酒造場から計200ℓを船便で1カ月かけて送り届けることとなりました。



ポイント2倍デー

毎週月曜 お米の日

毎週金曜 ジェラートの日

毎月12日 豆腐の日

毎月29日 お肉の日

いなべ農産物直売所

うりぼう

アイス工房 うりぼうの

TEL 0594-74-5866 大泉駅となり

ふれあいの駅うりぼう

三重県いなべ市員弁町大泉 2517 番地
 営業時間 午前8時30分~午後5時
 定休日 毎月最終火曜日
 TEL 0594-74-5866
 e-mail uribou@m4.cty-net.ne.jp
 URL https://www.net-uribou.jp
 通販サイト uribou.shop