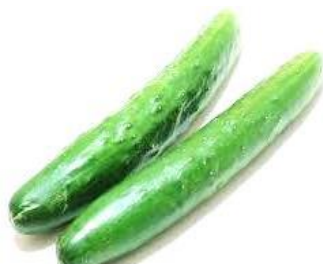


## 今月の食材



きゅうり

きゅうりは塩、味噌、醤油、酢など日本の調味料との相性がよく、サラダや漬け物、酢の物などいろいろな味が楽しめます。魅力はなんといってもみずみずしくパリッとした歯ごたえと独特の風味でしょう。「独特の風味が苦手」という人もいますが、最近では品種改良によっておいしく食べやすく進化しています。きゅうりの語源は「黄瓜」からきたといわれています。その理由は、完熟すると30cmほどの大きさになり皮が黄色くなるからです。しかし、完熟すると味が落ちてしまうため、現在のように未熟な緑色のうちに収穫して食べるようになりました。キュウリの原産地はインド北部からネパールにかけてのヒマラヤ山麓といわれています。インドでは少なくとも3000年以上前には栽培されていて、西アジアでも紀元前に定着していたと考えられています。日本へは10世紀頃には渡来していましたが、栽培が盛んになったのは江戸時代後期になってからです。農業全書(1697年)には、「黄瓜の名は胡瓜、是下品の瓜にて(中略)都にはまれなり」という記述があり、当時はまだ地方でしか栽培されていなかったことがうかがえます。



### きゅうりの1本漬け

1. きゅうり(1本)は洗い、ヘタを切り 皮の厚いところを剥く 塩(少量)で板刷りをする。
2. ビニール袋に、きゅうり、にんにく(薄切り小1片)鷹の爪(小口切り少量)白だし(大さじ1)を入れる
3. ビニール袋の空気を抜き、白だしがきゅうり全体に行き渡るようにし冷蔵庫へ
4. 一晩漬けたら、割り箸に刺したら出来上り

## ニュース



### 母の日 子供の日プレゼント!

毎年母の日には、赤いカーネーション、子供の日にはおもちゃや人形のプレゼントをしてきましたが、今年はいずれもジェラートハーフカップをプレゼント。初めてジェラート食べていただく方も多数ありいずれも美味しいと喜んでいただきました。



### 今年もお米頑張ります!

昨年度から始まった郵便局お米頒布会でのいなべ産ミルクィーンの販売。今年も6月より東海4県の郵便局で受付を開始します。注文いただけますといなべ産ミルクィーンを毎月10日頃にゆうパックより送られてきますので大変便利かと思えます。



5年目を迎えたチャレンジ農園ですが、5月21日に三重興農社(株)谷川社長を講師に第4回研修会を開催しました。今春4、5月の天候は雨が多く温度が上がらず全般に生育は遅れ気味ですが、マルチを張って育てた方は順調に生育しており早い方はキュウリや小松菜などを収穫されています。これから梅雨に向けて麦わらを敷いたり追肥を行ったり収穫の夏に向けて頑張ってください。

### 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



### 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 毎週火曜日  
TEL 0594-74-5826  
e-mail [uribou@m4.cty-net.ne.jp](mailto:uribou@m4.cty-net.ne.jp)  
URL <http://www.net-uribou.jp>