

大代

婦人会だより

No.198

R3.7.15

J A夏の料理教室に

参加して



下市支部 今田文字

去る7月6日(火)大代まちづくりセンターにて開催された「JA夏の料理教室」に参加しました。講師先生はJA企画推進課千賀美幸さんでした。当日の献立は

○野菜たっぷりドライカレー

○豚肉ときゅうりとオクラの酢・

醤油炒め

○抹茶ババロア

毎日の味噌汁、煮しめの暮らしに時にはこんな変わった料理は嬉しく、夫にも味わってもらいました。ドライカレーはレンコンの歯ごたえがあって、美味しかったです。豚肉ときゅうりの酢醤油はナムルのようで美味しく出来て食べやすかったです。

また特にデザートの抹茶ババロアは、

夏のデザートだけあって、口当たりがよくて甘くてとても幸せを感じました。これからも季節の料理を教えてください。コロナ禍のなかですが、都合をつけて参加したいと思います。一人でも多くの参加があると嬉しいです。暑さに負けないように暮らしましょう。

野菜作り勉強会

産業部 渡利マサコ

去る7月6日(火)大代まちづくりセンターにて開催された「JA夏の料理教室」に続いて、午後からは営農研修会がありました。

コロナ禍のなかでの開催で、一年ぶりの婦人会活動です。昨年からの婦人会の活動も自粛していて会員さんとふれ合う機会も少なく淋しい一年でした。まだまだ油断はできませんが、早くマスク無しで話せる日が来るのを願うばかりです。

先日の勉強会では講師先生にJA営農推進資材課の福島譲さんをお呼びし、土作りから話していただきました。

一番にはよい土の条件だそうです。

- ① 水はけと通気性に優れている。
- ② 保水がよいこと。
- ③ 肥料分に富んだ土である。
- ④ 病原菌や害虫がすくなくないこと。

又連鎖障害についても、教わりました。家庭菜園では広い畑ではないため、一年一年ずらして工夫することだそうです。肥料の知識として窒素、リン酸、



笑って!

千賀美幸講師先生



美味しくなあれ!

カリ、石灰、苦土と畑の備えをして、種まき及び植え付けの半月前に石灰を施して荒起こししておく。



先生 講師 福島

色々勉強しましたが、自然との闘いで草に負けそうにな

ったり、病気や害虫にやられたりします。そして今一番の敵はサルです。野菜が美味しくなった頃にやってきます。皆でサルを追い払いましょう。

そして秋も深まるころ白菜や大根などの収穫が始まります。いろいろな被害もあります。負けずに収穫を楽しみに一緒に野菜を作っていきましょう。大代婦人会の野菜名人さん頑張れ！

私の見た大代の風景

J A 女性部 佐藤京子

この原稿はJA女性部グラウンドゴルフの原稿を書く予定でしたが、当日鳥井運動公園へ着いたとたん、あまりの暑さと大代との温度差に体がついてい

かないと思いきや棄権させてもらいましたので、今回は大代の私のお勧めの風景を一枚。大代まちづくりセンターの「ひまわり」です。



あすなろ句会

花田時子

立葵赤白ピンク咲き上る
列島に災害多し男梅雨

今田文子

コナ禍や隣の人にも逢えぬ梅雨
水害に合ふ人愁ふテレビ見て

岩田律枝

紫陽花や光る雨粒花の先
半夏生大雨報道昨日今日

横田美恵子

にわか雨止みて雨傘日傘にす
梅雨続く長靴はいて散歩の子

柿丸寿枝

声にして一句推敲梅雨探し
うつつと過ぎゆく日々や濃紫陽花

「まき作り」レシピ

先日直売所で販売された「まき」を食べた方が美味しかったからまきだんごレシピを婦人会たよりに掲載してほしいとのことで、直売所の方に聞いて掲載いたしますのでぜひお試しください。

材料

- ① 団子の粉 500g
- ② 小麦粉 大さじ2
- ③ お湯 400cc
- ④ こしあん 一つ 20g×適量
- ⑤ オリーブ油 適量
- ⑥ さんきらいの葉 適量



①②を混ぜてお湯で練ねて、耳たぶ位に軟らかくする。一つ40gぐらいの団子のなかにこしあんを入れてお団子にする。さんきらいの葉にオリーブ油を塗って包んで蒸し鍋で20分ほど蒸して美味しい(まき)の出来上がりです。