

四賀地区だより

四賀地区農業委員

金子 文彦



見事な緑のカーテン

昨年の夏、日差しが痛いほどの大猛暑でした。そんな中で四賀支所の一角の窓をゴーヤが覆い大注目でした。そして、美味しく調理されたゴーヤを食べ、暑い夏を乗り切ったようです。

今年の夏、日差しが痛いほどの大猛暑でした。そんな中で四賀支所の一角の窓をゴーヤが覆い大注目でした。そして、美味しく調理されたゴーヤを食べ、暑い夏を乗り切ったようです。

ンターはなるべく大きいものが良く、株間は25センチ以上必要。その②として土は、福寿有機堆肥（四賀有機センター）をたっぷり入れ攪拌した土をプランターの3分の2くらいとその上に畑の土（消石灰入り）を入れます。土は、市販のプランターの土でもいいようです。

皆さんも窓辺を緑のカーテンで覆ってみてはいかがでしょうかでしょう。そして、



ゴーヤの実も大きくて立派です

美味しいゴーヤを食べ、夏を乗り切りましょう。

ゴーヤは一石二鳥のエコな緑のカーテンです。

出張



栄養価が高く健康と美容に良いゴーヤを使ったお料理を紹介します。

☆ ゴーヤの佃煮 ☆

【材 料】

- ・ゴーヤ 500g
- ・かつお節 10g
- ・三温糖 150g
- ・酢 大さじ2
- ・かえりちりめん 20g 以上
- ・白煎りゴマ 大さじ3・しょうゆ 60g

【作り方】

- ①ゴーヤは縦半分になり、5mm幅にスライスする。
- ②沸騰したお湯に①を入れ、さっと湯通しして苦みを取る。
- ③鍋に三温糖・しょうゆ・酢を入れて煮立て、ゴーヤとちりめんを入れ、弱～中火で煮汁がなくなるまで煮詰める。(20分位)
- ④火を止め、かつお節を入れて残りの水分を吸わせ、最後にゴマを入れる。

レシピ提供：まつもと農村女性協議会編集委員

農地流動化情報を公開しています！

各集落や地区内における農地の利用調整で、売買契約、貸借契約に至らなかつた土地について、広く対象者・対象農地を募ることを目的として、流動化の情報を公開しています。

農地の詳細情報については、『農地情報台帳』として農業委員会事務局で閲覧できますので、お問い合わせください。

また、市のホームページ

購読料 月 600 円

農家の皆さんに役立つ

全国農業新聞を
読みましょう



申込は農業委員会事務局へ TEL 34-3226

【問い合わせ先】

農業委員会事務局

TEL 34-3226

でも情報を公開しています。なお、掲載する情報は、農地としての活用目的に限定された情報ですのでご了承ください。※売買に関する買い手の方及び貸借契約における借り手の方については、経営耕作面積等の農家要件が必要ですので、ご承知おきください。