

「三徳の家庭菜園」 ⑳

【ペピーノ】～クリーム色の美しい果実を着ける珍野菜～

楕円形の葉が着いた樹に、クリーム色で卵形の果実を着けるペピーノをご存じですか？。家庭の鉢栽培や菜園で密かな人気を呼んでいます。ペピーノは、スペイン語ではキュウリを意味しますが、ナス科の果菜です。果実の食感は洋ナシに似ており、多汁質でスイカとメロンを合わせたような味に、ほのかな芳香と甘味を有します。アンデス高地を原産地とする比較的新しい野菜で、涼温を好むため、我が国で栽培すると春と晩夏に実を着けますが、夏は高温のため休みます。

栽培はナスとほぼ同じで、90～120cm幅の畝に株間40～50cmの1条で植え付けます。その株を放任しておくと、脇枝が多く出てブッシュ状になるため、草丈が15cm程になったら勢いの良い枝を3本残し、それ以外の枝は早めに摘み取ります。

その枝に薄紫のナスによく似た花が咲き、1房に1～数個の卵形の果実を着けます。追肥は、最初の果実がなりはじめた頃に行い、その後は3～4週間ごとに施しましょう。果実は100～200gに成ると緑色から白色、さらに熟するにつれてクリーム色に変わり、開花から30～40日で収穫時期となります。収穫した果実は、カットして生食で食べるか、甘味が少ないものはサラダなどに利用します。アブラムシやハダニが発生しやすいので、早めに防除してください。挿し木すると容易に発根するので、秋になって翌年用に挿し木をして、苗を室内等で越冬させると良いでしょう。

福岡県農業大学校
非常勤講師
林 三徳



収穫期が近い
実ペピーノの



ペピーノの花

朝採り野菜と地もの料理

山花(やまはな) 黒木町本分989-2 国道442号線八女東消防署斜め前
TEL 0943-42-0707 定休日 月曜日

店主の堤貴彦(31)さんが14年余の和食料理修業を積んで6月に開店しました。実家の畑で採れた新鮮な野菜を中心に使い、地ものの食材を直送して仕入れるこだわり。



日本の醍醐味である四季を感じられるように旬の食材を取り入れた料理を提供したいと堤さんは話されます。お昼は、日替わり定食(¥750、土・日・祝はなし)から丼もの、麺類、それにコース料理までメニューは豊富。親しい仲間やファミリーでも十分楽しめそう。今後はお昼の食事等に女性方に気軽に利用してもらえるようお昼のコース料理も充実していくそうです。夜のメニューもフード、お酒共に種類が豊富。夜のコース料理でも7～8品付いて2,000円と魅力的。用途に合わせたコース料理も出来るとのこと。色々相談してみても良いでしょう。そして結婚式二次会、誕生日会、敬老の日など人生の節目を私の店で楽しんで貰えたら嬉しいですね。と熱心に話されました。

鉢盛、お弁当も要予約にて出来るそうです。

この券持参下さい。

サービスクーポン

- ★お昼…おまかせコースで4名様以上で(1人1,500円以上)をご利用のお客様全員へデザートサービス
 - ★夜…おまかせコース8名様以上で(1人2,000円以上)をご利用のグループの幹事さん一名様のお食事代サービス
- 9月末迄有効 **山花(やまはな)**

知って得する郷土の食文化 ㉓

ゴーヤあれこれ ゴーヤは中国から沖縄へ伝わり九州でも食べられるようになり全国へと広がりました。ゴーヤはビタミンCを多く含み、100mg中76mgとピーマンと同じくらい含まれています。苦み成分は血圧や血糖値を下げる効果が期待でき、夏バテ防止に良いと言われています。ちなみに花言葉は強壯。ゴーヤは一度に沢山採れますので佃煮にしておくともよく合います。代表的なゴーヤチャンプルは沖縄の方言で「ごちゃまぜ」という意味だそうです。

■**ゴーヤチャンプル** 材料:ゴーヤ1本・角天1枚(豚肉でもよい)・卵2個・サラダ油大さじ1・みりん100cc・塩・コショウ

作り方:ゴーヤは洗って縦半分に割って種をとり3mm～5mmに切り、角天は5mmぐらいに切りフライパンで材料を炒め、みりん・塩コショウで味を付け、柔らかくなったら溶き卵をまぜて出来上がり。

■**ゴーヤの佃煮** 材料:ゴーヤ1kg・砂糖150g・醤油(濃口)・100cc・みりん100cc・かつお節10g・すり胡麻大3

作り方:ゴーヤは洗って縦半分に割り種を取って、3～5mm位に切り、砂糖・醤油・みりんを煮汁がなくなるまで煮付ます。出来上がったらかつお節・すり胡麻をまぶします。(たくさん一度に煮るときは、汁気がなくなるまで煮るとジャムのようなになるので、ゴーヤは1kgを目安にすること)

■**ゴーヤの種のふわふわ揚げ** 材料:ゴーヤの種とわた・天ぷら粉・水・揚げ油

作り方:ゴーヤの種とわたは、水溶き天ぷら粉で気長にからりと揚げ、塩をふります。(天つゆでもOK)

郷土料理研究家 樋口 愛子(八女市)



楽しい仲間たち 筑後少年サッカークラブ

私たち筑後少年サッカークラブは、羽犬塚小学校をホームグラウンドに、創部41年になる筑後市で一番長く活動しているサッカークラブです。

部員数は幼児から小学校6年生まで約50名います。練習は毎週月、水、金曜の5時30分から7時30分まで羽犬塚小学校グラウンドで行っています。興味がある皆さん、いつでも遊びに来て下さい。

チームの趣旨は、サッカーを通して体と心を鍛え、回りの人たちと仲良く遊び、競争し、そして励まし合い、人の気持ちがわかる、そんな将来のリーダーを育てることです。

保護者の皆さん、この時期に子供と一緒に遊び、子供の成長を見ながら、感動の涙を子供と一緒に流してみませんか、本当に楽しいサッカークラブです。

監督 久保 正英



9月の道の駅たちばな

道の駅たちばな 柚子こしょう教室
オンリーワン柚子こしょうを作ろう

9月21日(日)
午前10時30分～午後1時
費用 1000円
*お土産付き

柚子こしょう作り名人の「梅野純司」さんを講師に迎えて自家製のお好み柚子こしょうを作ってみませんか??

立花町下辺春国道3号線沿
TEL 0943-37-1711

◆**特別展**
台北 國立故宮博物院
神品至宝

会期 10月7日(火)～
11月30日(日)

会場 九州国立博物館
日本初の台北故宮展
今秋、九博で開催!

会はペア3組、台北故宮展はペア5組の方へ。希望の方は住所、氏名、電話、イベント名明記の上、(株)東兄弟へハガキで応募下さい。9月10日締め切り、希望者多数の時は抽選によります。

祭りばやしに誘われて、博多四人衆、八女に見参。女流ならぬ「女優落語」で笑って、秋の風物詩「八女の祭り・あかりとちやっぽんぼん」へ繰り出そう

日時 9月21日(日)
14時開演

会場 靴のつる2F多目的スペース

入場料 千円



◆**月光亭落語会 in 八女**
♪どこの誰かは…知らざあ言つてきかせやしよう

観覧料 一般1600円(1400円) 高大生900円(700円) 小中生400円(200円) (一)内は前売り

■**読者プレゼント** 落語展はペア3組、台北故宮展はペア5組の方へ。希望の方は住所、氏名、電話、イベント名明記の上、(株)東兄弟へハガキで応募下さい。9月10日締め切り、希望者多数の時は抽選によります。

台北の國立故宮博物院は、中国歴代の優れた分物を収蔵することで知られた世界的な博物館です。本展覧会では、その約70万点の所蔵品のなかからとくに選りすぐった110点の優品を公開し、中国文化の素晴らしさを紹介します。

〈肉形石清時代・18～19世紀〉
展覧期間 10月7日(火)～10月20日(日)
國立故宮博物院所蔵