

「三徳の家庭菜園」 ②④

【タマネギ】～タマネギの植え付けと追肥～

春に収穫するタマネギの植え付け時期は、品種群によって違いますが、6月の上～中旬に収穫する貯蔵用の晩生種黄タマネギは、今が植え付けの適期(11月下旬～12月中旬)です。畑には、寒さが厳しくなる前に十分に根を張らせるために、根の発育に有効なリン酸成分を過リン酸石灰または熔成燐肥として1㎡当りに30g程を、基肥の化成肥料(N:P:K=8:8:8)1㎡当たり100～120gに加えて施します。

施肥後に畝を作り上げたら、雑草の防除と保温により根再生と伸張に適した黒色ポリフィルムでマルチングをしてから、条間は20cm、株間は15cm前後でタマネギ苗を植えます。植え付けに適したタマネギ苗は、草丈は20～25cm、太さは4～5mmが最良です。これより太い大苗を植えると春先に苔立ちや分球を起こして失敗することがありますし、反対に余りに小さな苗では大きなタマネギ球は期待できません。

タマネギ苗の根は全部土中に入れて真っ直ぐに植えますが、植え付けの深さは、根の上に土が2～3cmの深さで掛かるくらいが良く、緑葉の部分まで隠れるようでは深植え過ぎで、後の生育が芳しくありません。植えた後は、指先で株元を締め付けて(鎮圧し)、根に土をしっかりと馴染ませておきましょう。追肥は厳寒期に入る前の年内と春先になって茎葉が盛んに伸び始めてきた頃の2回、株間の所々に(マルチでは小穴を開けて)、化成肥料を1㎡当りに40g程の割合で施します。球が肥大し始めてからの追肥は、貯蔵性を損ねるので避けましょう。



定植直後のタマネギ
右：赤タマネギ
左：貯蔵用晩生種の黄タマネギ
福岡県農業大学校 非常勤講師 林 三徳

楽しい絵手紙



筑后市羽犬塚 二田 美穂子



私と絵手紙との出会いは、今から二年半前サンコア主催絵手紙教室(後にてくてく絵手紙と命名)月に二回のお稽古は原武先生の指導の下、和やかで楽しいひとときです。先生は褒め上手で、うまく描けない時もどこか一ヶ所良い所を見つけて筆を入れてアドバイスして頂きます。すると魔法をかけた様に絵が引き締まるから不思議です。筆を休めて話に花が咲く事もしばしば。あつという間の二時間です。日々の忙しさから解放され無心に描く、ひたすら描く、上手に描けなくてもいいんです。絵手紙のモチーフは「ヘタでいいヘタがいい」が気に入って始めた絵手紙、これからもずっと続けて行きたい。季節の野菜、お花、果物等題材を提供して下さる先生の奥様に感謝いたします。

知って得する郷土の食文化 ⑥

里芋の料理

里芋は東南アジアが原産地といわれ、日本へは縄文時代に伝わったと考えられています。主な栄養分はカリウム・ムチン・ガラクトン・マンナン・植物繊維などが含まれています。ムチンは胃腸の粘膜を保護し細胞を活性化する作用があり、ガラクトンは免疫力を高めたり血中のコレステロールの抑制、便通を良くする働きがあります。また、体内の余分なナトリウムを排出して血圧の上昇を抑えるカリウムも豊富です。里芋の種類は石川早生・京芋・海老芋・八つ頭・赤芽・大吉などがあります。その他に茎のみを食べるハス芋・ズイキがあり、これを乾燥させたものが芋がらです。

がめ煮(筑前煮) (4人分)

■材料 里芋8個 鶏の身1枚 コンニャク半分 牛蒡半分 ニンジン1本 筍1パック 干し椎茸3枚 レンコン半分 インゲン3本 サラダオイル少々 醤油大さじ3 砂糖大さじ3 酒大さじ3 みりん大さじ3

■作り方 鶏肉と里芋・牛蒡・レンコン・ニンジンは皮を取りひと口大に切る。コンニャクはちぎって茹でる。しいたけは水でもどしてひと口大に切る(もどし汁は煮る時に使う)

鶏肉を油少々で炒め、色が変わったら残りの野菜を入れ、調味料と椎茸の戻し汁で煮る。美味しく煮えてきたら、インゲンを入れて仕上げる。(其々の家庭の味付に整えて下さい)

鶏ミンチ入り饅頭 (4人分)

■材料 皮を剥いた里芋200g 鶏ミンチ80g 生姜20g 砂糖大さじ1 味噌大さじ1 揚げ油・小麦粉・溶き卵・パン粉少々

■作り方 里芋は塩ひとつまみ入れて柔らかく茹でる。お湯を切り熱いうちにつぶす。油少々で鶏ミンチとみじん切りした生姜を炒め、砂糖・味噌で味を付けて四等分にする。つぶした里芋を広げ鶏ミンチを中に入れ包む。小麦粉・溶き卵・パン粉を付け、色よく揚げる。

200ccのだし汁に砂糖大さじ1、濃口・薄口醤油各大さじ1を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつけ、揚げた里芋にかけ、千切りにした柚子皮を載せる。

里芋饅頭

■材料 里芋4個 小麦粉150g ぬるま湯80cc 塩小さじ3分の1

■作り方 小麦粉に塩、ぬるま湯を入れ耳たぶくらいの固さに捏ねてラップに包み寝かせる。里芋は皮を剥きひたひたの水に塩ひとつまみ入れて柔らかく茹でる。里芋が冷えたら寝かせておいた小麦粉のだんごを伸ばし里芋を包み熱湯で茹でる。(マヨネーズをつけて食べても美味)

郷土料理研究家 樋口 愛子(八女市)



ベターホームの楽しい cooking

だいこんのぽりぽり甘酢漬け



好評 発売中
つるかめ食堂
～子が親に
作りおく
ごはん～
¥1512
(税込)

本や調理道具のカタログは送料無料でお届け。お気軽にご請求ください。〒810-0001 中央区天神2-13-17 ベターホーム宛

材料(作りやすい分量)

- だいこん.....400g
- 塩.....小さじ1
- こんぶ.....2cm角
- ゆず.....1/4個
- しょうが.....小1かけ(5g)
- 酢...大さじ2
- はちみつ(または砂糖).....大さじ1
- 塩..... 小さじ1/8

作り方

- ① だいこんは皮をむき、6～7cm大の乱切りにする。ボールに入れて、塩をまぶす。皿2～3枚の重しをのせて、40分ほどおく。
- ② こんぶははさみで細かく切る。ゆずは薄いいちょう切り、しょうがは薄切りにする。
- ③ 別の大きめのボールにAを合わせる。水気をしぼっただいこんをAに入れる。②を加えて混ぜる。

1時間ほどおくと食べられますが、ひと晩おくと、さらに味がなじみます。

●ベターホームの本のお申込みは、電話、FAX、インターネットで受付中。
☎092-714-2411 FAX092-711-7830
URL <http://www.betterhome.jp>

女子の絶大な人気を誇る「ハピネスチャージプリキュア」の本格的なミュージカルでプリキュア達が巻き起こす、ハラハラドキドキのストーリーをお楽しみ下さい。
日時 12月20日(土) 11時～14時30分/2回公演
会場 福岡市民会館 福岡市中央区天神
入場料 全席指定2,800円
当日券3,300円
お問い合わせ 東映
092129116783
主催 九州朝日放送 東映
◆おきなす八女クリスマスコンサート
日時 12月13日(土) 15時～
会場 おきなす八女 はちひめホール
1部 バレエとハンドベルとピアノのくるみ割り人形
2部 藤島彩ピアノリサイタル
華麗なるリストの名曲アルバム
入場料 全席自由500円
■読者プレゼント ペア3組(6名)の方へ。希望の方は住所、氏名、明記の上(株)東兄弟へハガキで応募下さい。12月6日締め切り、希望者多数の時は抽選によります。

女性のための相談所開設
あなたの人権は守られていますか。気持ちが少しでも楽になるように元気を取り戻せるようにお話を聞き一緒に考えていきます(相談員はすべての秘密を厳守します)
日時 12月10日(水)1時～4時
場所 八女市社会福祉会館 筑後市サンコア
相談員 八女人権擁護委員
問い合わせ 2312603
◆ハピネスチャージプリキュア!ミュージカルショー



女子の絶大な人気を誇る「ハピネスチャージプリキュア」の本格的なミュージカルでプリキュア達が巻き起こす、ハラハラドキドキのストーリーをお楽しみ下さい。
日時 12月20日(土) 11時～14時30分/2回公演
会場 福岡市民会館 福岡市中央区天神
入場料 全席指定2,800円
当日券3,300円
お問い合わせ 東映
092129116783
主催 九州朝日放送 東映
◆おきなす八女クリスマスコンサート
日時 12月13日(土) 15時～
会場 おきなす八女 はちひめホール
1部 バレエとハンドベルとピアノのくるみ割り人形
2部 藤島彩ピアノリサイタル
華麗なるリストの名曲アルバム
入場料 全席自由500円
■読者プレゼント ペア3組(6名)の方へ。希望の方は住所、氏名、明記の上(株)東兄弟へハガキで応募下さい。12月6日締め切り、希望者多数の時は抽選によります。