

見て 感じる♡ 食べてみよう! ~生産者さんを紹介しませう~

給食には、栄養やいろいろのため、毎日のように「にんじん」を使っています。今回は、そんな給食に欠かせないにんじんと、益田市の美都町で育て、益田市の給食に出して下さっている佐原晃子さんを紹介します。

東京から美都町へ移住し、農家へ

佐原さんは、東日本大震災の時の食料が手に入りづらい状況をきっかけに東京から美都町へ移住し、ご夫婦で農業をはじめられたそうです。



すべて有機栽培「納得して食べられるものを子どもたちへ...」

現在は、にんじん、米、にんにくを育ておられ、すべて農業や化学肥料などを使わず有機栽培で、「自分が納得して食べられるもの」を作っているそうです。「地元の子にぜひ食べてもらいたい」と、美都町調理場へは5年ほど前から、そして高津給食センターへも今年度から、こだわりのにんじんを届けて下さっています。



佐原さんのにんじん、米、にんにくには、「有機JASマーク」が付いています。このマークは、生物や自然環境になるべく負荷をかけない方法で栽培されていることを認められた作物だけに付けることができます。

Q. にんじんを育てる時期はいつですか?

A. 8月のお盆すぎに種まきをして、10月下旬から3月にかけて収穫します。給食に出すのも、この秋から冬にかけてです。

Q. 大変なことは何ですか?

A. 夏の時期は特に、雑草との戦いです。冬は、美都町は雪がよく降るので、積もった雪をシャベルでかきながら収穫をする作業がとても大変です。


Q. やりがいは何ですか?

A. おいしいものができた時は、やっぱり嬉しいですね。そして、食べてくださる皆さんに支えられていると感じるので、本当にありがとうございます。



子どもたちへのメッセージ
いま苦手な食べ物も、大人になるにつれて好きになるかもしれないので、いつかは食べてみてください。

かんたん・おいしい!
佐原さんおすすめ にんじんレシピ



にんじんのスタックソテー

糸田長く切ったにんじんと、お好きな油でいため、塩こしょうをふるだけ!

ゆず香る にんじんサラダ


せん切りにしたにんじんと、塩もみレ、ゆず酢、こしょう、オリーブオイルなどと和える。



← 偏っていたり、おろし、おろししたもの、捨てるのではなく、土に混ぜて栄養にしているそうです。

おまけ♡

30センチ近くある巨大にんじん



見せたいだけでした!