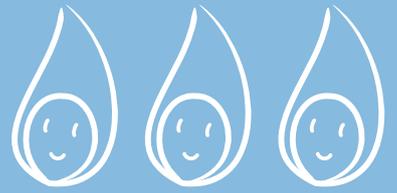


flamme

フランメ



ワンダフルいわてライフ情報紙「flamme」はドイツ語で「ほのお」を表します。
盛岡ガス株式会社 ホームページ<http://www.morioka-gas.co.jp>

第 41 号

盛岡 Morioka シアワセ 歳事記

盛岡とりんご栽培の歴史は、今から140年以上前までさかのぼります。実は、本州で最も早くりんごの栽培に取り組んだ地が盛岡。世界で最も多く生産されているりんご品種「ふじ」の原木も、盛岡市内にあるんです(※)。

盛岡とりんごの
深いつながり

冬に味わう果物といえば、やっぱりりんご！
県内各地で栽培が盛んですが、
その中でも盛岡はおいしいりんごの産地。
今回は、そのおいしさの秘密に迫ってみます！

「盛岡りんご」を
味わおう！！



もうひとつの理由が「わい化栽培」。木があまり大きくならない「わい化苗」を用いた栽培法で、岩手では盛岡をはじめおよそ9割が取り入れています。

おいしい理由は、盛岡の気候。寒暖差が大きいため、日中は太陽の光を浴び、夜は寒さから身を守ることで栄養を蓄えます。また熟してから収穫するので、甘さだけでなく旨みも果汁もたっぷりのりんごになるのです。

しかも、盛岡のりんごは糖度が高くおいしいと評判。「盛岡りんご」として盛岡市の特産品ブランドにも認定されています。

盛岡りんごの
おいしさのヒミツ



りんごの栽培はとても手間がかかります。「でも、いいりんごが育つとやっぱりうれしいです」と、盛岡市内のりんご農家・菅原さん。

生産量も、全国4位(平成28年度)を誇る岩手県の中でも盛岡がダントツで1位。さらには消費額も全国トップクラスです。盛岡の人々にとって、りんごはとても身近な果物だということがわかります。

(※)1961年に青森県藤崎町から盛岡市の「国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構 果樹研究所」に移され、今も大切に育てられています。

「木がコンパクトなので作業がしやすく、生産者が葉を摘んでりんごの着色管理をするときに、太陽の光が果実にまんべんなく当たるためおいしく仕上がります。総じて質のよいりんごを育てやすいというメリットがあります」と話すのは「JAいわて中央 盛岡地域営農センター」の赤石友弘さん。盛岡市都南地区の生産者グループ「JAいわて中央りんご部会都南支部」の事務局を担当しています。

ちなみに都南支部のりんごは、JA全農いわて主催の「いわて純情りんごコンテスト」で8年連続第1位を受賞し、今も記録を更新中。また平成24年度の「農林水産祭」では最優秀賞に当たる「内閣総理大臣賞」を受賞するなど、おいしいりんごのスペシャリスト集団なんです。

スーパーでも産直でも、
おいしそうなりんごが並んでいます。
●撮影/サンフレッシュ都南



「盛岡りんご」を満載し
四国に向かうトラック。

赤石さんに
聞きました!

JAいわて中央
盛岡地域営農センター
赤石友弘さん



真冬においしい 盛岡りんご



ふじ

日持ち抜群！春先まで食べられます。
蜜が入るのが特徴で、シャキッとジューシー、
甘くて濃厚な味わいです。

黄緑色のりんご。

蜜は入りませんが酸味は穏やかで
甘みが強い。柔らかくなりやすいので
早めに食べましょう。

王林



シノ
ゴールド

パリパリとした食感とほどよい酸味で
さっぱりした味わい。サラダなどにも合います。
蜜の入りにくい品種です。

知っている
と得をする?

「おいしいりんご」の豆知識

「蜜入り=おいしい」とは限らない?

蜜の部分、食べてもそれほど甘くないですね。蜜
は品種によって入りやすいもの、入らないものが
あり、特に糖度を示すものではありません。ちなみに
蜜が入りやすい品種は「ふじ」「はるか」だそうです。



でも、蜜が入っているとおいしそうに見えますよね!

保存は「涼しいところ」へ

寒さに強いりんごは「涼しいところへ置く」「乾燥させない」のがポイント。新聞紙やビニール袋に包まれた状態で冷蔵庫などに保存。「発泡スチロールの箱に入れ、ベランダなど外に置いてOK」とのこと。「食べる分ずつ買う」のも、おいしく食べるコツのひとつです。

「葉取らずりんご」に注目!

なんとなく、色ムラのないほうがおいしそうに
見えますが…。最近注目を集めつつあるのが
「葉取らずりんご」。りんごは葉っぱから養分を
取り入れるので、最後まで葉を取らないことで
よりおいしくなると言われています。



葉の影による色ムラはありますが、そのぶんおいしい!

盛岡ガスからのお知らせです

ガス暖房機器で

お得で快適!
あったか生活

家庭用暖房特約料金

ストーブ日和・お得プラン

12月料金～5月料金に
適用できます。

対象
機器

ガスファンヒーター

ガスFFストーブ

ガス赤外線ストーブ

ご家庭や事務所で長時間使用された
ガス暖房の料金が、灯油価格並みに。
詳しくは、お問い合わせください。

対象機器もお得なキャンペーン開催中

詳しくは盛岡ガスホームページ
または右記へお電話ください。

HP <http://www.morioka-gas.co.jp/>

TEL 019-653-1241

より安心して食べられる
りんごを。
「特別栽培りんご」の挑戦

おいしい「盛岡りんご」の中
も、「安心安全なりんご」として注
目されているのが、JAいわて中
央りんご部会が取り組んでいる
「特別栽培りんご」。化学合成農
薬や化学肥料を通常の半分以下
に減らして育てたりんごです。

「りんごは病害虫にとっても弱い
植物。農薬を減らして栽培するに
は、大変な手間と高度な技術が
必要です」と赤石さん。さらに特
別栽培の認証には、厳しい条件も
クリアしなければならぬため、

実践する生産者は多くありませ
ん。そんな中、りんご部会都南支
部は10年以上前から特別栽培を
実践。組織ぐるみで取り組んでい
るケースは、全国唯一だそう。

農薬散布の回数を減らす分、
入念に園地を調査し、「いつ散布す
るか」を話し合ったり、除草剤は
使わず手作業で草刈りをしたり。
そんな苦勞をしても見た目や味
は通常栽培のりんごとそれほど
変わりません。それでも「特別裁
培」を続けているのは「安心安全
なりんごを届けたい」という強い
思いがあるから、と赤石さんは話
します。

こうした取り組みは徐々に評

価され、りんご部会は平成22年
度の「環境保全型農業推進コン
クール」で農林水産大臣賞を受
賞。「安心安全」というコンセプト
に賛同した量販店からも注文が
寄せられるようになりました。と
はいえ「特別栽培りんご」の知名
度はまだまだ。子どもたちにも
知ってもらおうと、地域内の小学
生に特別栽培りんごをプレゼン
トしたりしています。

「りんごって、皮の部分に一番栄
養があるんです。特別栽培りんご
なら、安心して丸ごと食べてもら
えます」と赤石さん。これから
もっと知名度を上げて、多くの入
に「安心安全」という選択肢を届



農薬の成分が表示された黄色いシールや、
「特別栽培りんご」のマークが目印です。

- 取材協力/
JAいわて中央 盛岡地域営農センター
盛岡市下飯岡21-180 TEL 019-638-0011
- 資料提供/盛岡市役所 農林部農政課

けたいと話します。
ふだん何気なく食べているり
んごですが、そのおいしさには生
産者の方々の努力や思いも詰
まっています。そう考えると、いつ
ものりんごがさらに身近になり、
よりおいしさが感じられるよう
な気がしてきます。

読者のおたより

読者の皆さまから、うれしいお便りを
たくさんいただいています。

■「フランメ」を読んで、県立美術館へ行ってきました。夕暮れどきの美術館でゆっくりできました。当日はピアノ演奏もあり、展示関連の本も購入してきました。情報ありがとうございました。(30代・女性)

■毎回最終ページにある「家庭のできるプロの味!」がお気に入りです。分かりやすく、そして材料が普段使っている物のできるからハードルが低くて挑戦したくなります。(40代・女性)

■ガスを使って料理をすると、部屋が少し暖かくなるので、台所に立つ時間が多くなりました(笑)。南部鉄瓶でじわじわとお湯を沸かしてコーヒーを淹れるのも小さな楽しみです。(30代・女性)

おいしい! 楽しい♪

エプロンタイム

vol.3



盛岡グランドホテル
宮 秀太郎先生
フランス料理の調理法や基本など、色々な知識や情報などを盛り込みながら「笑顔で楽しく」がモットーです。

盛岡ガスショールーム&クッキングスタジオ

「flamme」で開催している料理教室の様子をレポートします。

この日のメニューは?

鶏肉と季節野菜のフリカッセ
レンズ豆と彩り野菜のピストゥースープ

11月28日に開催された、宮秀太郎先生の料理教室。バターや生クリームを使った濃厚なフリカッセ(クリーム煮)と、野菜たっぷりのピストゥー(バジル)スープに挑戦しました。作り方だけでなく、フレンチならではの調理法や用語なども織り交ぜながら、楽しく教わることができました。

START!

- センターテーブルで材料の切り方をレクチャー。
- 説明された手順をメモ。わからないところは質問。
- それぞれのグループで協力し合いながら...
- 材料を切ります。
- 材料をお鍋で煮ていきます。
- 味付けはどうかかな?
- 宮先生、各テーブルを回ってフォロー。
- パジルやニンニク、粉チーズをミキサーにかけて...ピストゥー(バジル)のソースのできあがり!
- フリカッセにパセリを振りかけて完成!

GOAL いただきます!

参加者のコメント

「自分ではあまり使わない野菜も、こんな風に使えばおいしい、という発見があり、苦手だったセロリが克服できました!」
「ふだん作るのとは違う料理を学べるので刺激になります。家でもチャレンジしてみたいです」

料理教室のご案内 盛岡ガスショールーム&クッキングスタジオ **flamme** フランス

1月20日(土)
10時~13時
○寒さに負けない たんたん鍋
○カリフォルニアアロール
○洋なしのタルト
●講師/クッキングアドバイザー 下田真紀子先生
●参加費/1,200円(税込) ●定員/15名
●応募締切/1月11日(木)

1月21日(日)
13時~15時
○ガレット・デ・ロワ (アーモンドクリーム入りパイ)
●講師/上級食育アドバイザー 晴澤雪枝先生
●参加費/1,000円(税込) ●定員/12名
●応募締切/1月14日(日)

1月23日(火)
10時30分~13時
○ボルシチ
○キノコのぎゅうぎゅう焼きトースト
●講師/フードコーディネーター 新井尚美先生
●参加費/1,000円(税込) ●定員/16名
●応募締切/1月15日(月)

お申し込み、お問い合わせ

TEL 019-653-1241
FAX 019-653-1217
E-mail mg.cooking@morioka-gas.co.jp

クッキングスタジオ担当まで料理教室のスケジュールやレポートは、盛岡ガスホームページでも発信しています!
料理教室のバナーをクリック!
Facebookページでもできました!

料理教室やサークル活動などにも使える「レンタルキッチン」最新のガスコンロやビルトインコンロを展示している「ショールーム」もご利用ください!

楽しい街の探偵団

盛岡では唯一? 市街地の一里塚

「上田一里塚」



一里塚から、奥州街道(現盛岡市道上田深沢線)を一里(約4km)北上した地点にあります。慶長15年(1610)の築造と伝えられ、昭和初期までは道を挟んだ左右に一基ずつ存在していました。市街化による道路拡張に伴い東側は消滅。しかしもう片方はドミニカン修道院の敷地内(現在はアネックスカワトク)にあったため完全に近い形で残され、平成4年(1992)には岩手県指定史跡になりました。

平成16年(2004)8月、台風18号の強風により塚の上に立っていたアカマツが倒木。しかし翌年、地域住民によって新しい木が植樹され、今では新しいシンボルとしてこの一里塚を守っています。

ちなみに、盛岡市に所在する一里塚は、このほか4基が知られていますが、いずれも山林の中にあり、市街地にあるのは現時点ではここだけです。

盛岡市緑が丘の「アネックスカワトク」脇にある、こんもりと小さな山。実はこれ、一里塚だと知っていましたか? 「上田一里塚」と呼ばれるこの一里塚は、現在の紺屋町にあって「鍛冶丁」と呼ばれるこの一里塚は、現在の紺屋町にかつてあった「鍛冶丁」

炎のプロに聞く
エンジョイ・クッキング

ヴィラ工房 紫波オガール店



もポイントで、幅広い世代のファンを獲得中です。

「公民連携のまちづくり」の先進モデルとして、全国的にも注目を集める紫波町の新市街「オガール紫波」エリア。その中核を成す施設「オガールプラザ」内の産直「紫波マルシェ」の一角に、今回紹介する「ヴィラ工房紫波オガール店」があります。

ヴィラ工房は、岩手県中央エリアを中心に精肉の直売所と食堂を運営。「高品質な商品を手頃な価格で」がモットーで、直売所では牛、豚、鶏のブランド肉をはじめ、地元の生産者が育てた野菜、惣菜やお弁当などを扱っています。

食堂では、そんな質のいい食材を使った、おいしくてボリューム満点のメニューを提供。リーズナブルなの

「ヴィラ工房 紫波オガール店」も、そんなお店のひとつ。食堂のメニューはラーメンからカツカレー、ローストビーフ丼、若鶏から揚げ定食など幅広く、しかもどのメニューもご飯とみそ汁のお代わり自由！ 育ち盛り、食べ盛りにうれしいサービスです。

そんなヴィラ工房のメニューの中でも、年齢、性別問わず人気なのが「和風ハンバーグ」。食肉を扱うプロならではのこだわりが詰まった一品で、食感ほふくら、肉汁もたっぷり。コクのある甘辛の和風ソースも、ハンバーグと絶妙にマッチしています。一個150グラムと大きめサイズで、

食べ応えがあるのも人気の理由。リピーターが多いというのも納得です。また紫波町産のブランド肉「紫波ポーク」のロース肉を使った「生姜焼き定食」もお勧め。肉質がきめ細かく柔らかい紫波ポークは、脂が甘く旨みがあり、雫石町「宮田醤油店」の調

味料を使った特製生姜タレとの相性も抜群。ご飯が進む一品です。ほかに良質のお肉や新鮮な野菜をたっぷり使ったボリュームミーナラチメニューがずらり。しっかり食べパワを付けたいとき、ぜひ立ち寄りたいたいお店です。



和風ハンバーグ定食…880円(ご飯、みそ汁お代わり自由)
食肉のプロがこだわった、ふっくらジューシーなハンバーグ。



家庭料理の定番から、ちょっとユニークなものまで、テイクアウトのお惣菜もいろいろ。

産直に隣接する店舗。精肉や惣菜、お弁当なども扱っています。



時短だけど柔らかい！

豚肉のしょうが焼き

今回教えてもらったのは、豚肉のしょうが焼き。漬け込み不要、肉も縮まず柔らかく仕上がる秘訣を教えてくださいました。

●材料(3~4人分)

- ◎豚ロース薄切り肉 … 200グラム
- ◎油 … 適量

<タレ>

- ◎しょうが(すりおろし) … 小さじ1
- ◎しょう油 … 大さじ2
- ◎みりん … 大さじ1
- ◎酒 … 大さじ1
- ◎ハチミツ … 大さじ1/2

※市販のしょうが焼のタレを使ったり、めんつゆにしょうがを加えてもOK。

●作り方

- ①肉を常温に戻しておく
- ②タレの材料を全て合わせておく
- ③フライパンに肉を広げてのせ、弱火にかける
- ④肉に火が通ったらいったん取り出し、タレをフライパンに入れて煮詰める
- ⑤ほどよく煮詰まったら肉を戻し入れて絡める

●プロのコツ

- *肉は常温に戻し、フライパンにのせてから火かけると、急激な温度変化によるタンパク質の凝固を防ぎ、肉が縮まず、柔らかいまま仕上がります。
- *タレにハチミツを加えることでまろやかな甘みが加わり、タレと肉が絡みやすくなります。
- ※お店ではオリジナルブレンドの特製タレを使い、肉をフライパンから取り出さずにタレを加え絡めています。



昼時には多くのお客さんにぎわいます。

ご飯とみそ汁はセルフサービス。何杯でもお代わり自由です。



《プレゼント》

ここでご紹介した『ヴィラ工房 紫波オガール店』さんの「日替わり定食」引換券(2,000円分)を5名の方に差し上げます。

ご希望の方は、住所・氏名・年齢と盛岡ガス通信「フランメ」の感想をご記入の上、下記「盛岡ガス株式会社フランメ編集部」あてにハガキまたはファックスでご応募ください。盛岡ガスに対するご意見、ご要望、ガスに関するエピソードもお待ちしております。

●応募締切：平成30年1月31日(水) ●抽選・当選発表：応募締切後、厳正な抽選の上当選者を決定し、発送をもって発表に代えさせていただきます。

*お客さまからいただいた「ガスに関するエピソード」は次回のフランメで紹介する場合があります。
*お預かりした個人情報につきましてはプレゼントの発送にのみ使用いたします。

flamme フランメ

発行 盛岡ガス株式会社 フランメ編集部

〒020-0066 盛岡市上田2-19-56

TEL : 019-653-1241 (代表) FAX : 019-653-3335

次回発行予定は平成30年5月です。お楽しみに。

ヴィラ工房 紫波オガール店

- 紫波町紫波中央駅前2-3-3
- オガールプラザ・紫波マルシェ内
- TEL 019-601-6591
- 営業時間/11:00~14:30(L.O.)
- ※直売所は9:00~18:40
- 定休日/紫波マルシェに準ずる
- http://villa11298.jp/

