

～インターネットからもお手軽にご注文出来ます～

- ①当園ホームページ <http://www.sirakaba.co.jp/>
(代金引換・カード決済・分割発送など柔軟な対応が出来ます)
- ②ヤフーショッピング(パソコン・携帯)『しらかば農園』で検索!
(代金引換・クレジットカード決済・ヤフーポイント利用可)



『初冬の菊芋収穫』

初冬の菊芋の収穫は、11月初旬～中旬にかけて行いました。雨や降雪の日も多く、畑がぬかるんでトラクターが入れない日もありました。無事に収穫作業を終える事が出来ました。昨今の菊芋ブームに作付面積を増やし、品質・収量共に昨年を上回りホッとしています。昨年は岩手県・北海道で甚大な被害があった8月末の台風10号の強風で、背丈が3メートルを越す菊芋の半分が倒伏してしまいましたが、今年は、深植えと成長に合わせた土寄せを繰り返し行う事で、度重なる台風到来に係わらず、強風被害を最小限に抑えられました。秋田県と青森県の県境に位置する十和田湖近くの田代平農場では、11月を過ぎると日中でも気温は2度前後で、みぞれ、小雪が舞う日もあり、いつ根雪になってもおかしくない寒さです。菊芋の収穫は霜にあたり、茎が枯れた頃が収穫適期で、寒さが厳しくなるにつれ、実が締まり甘みが増します。菊芋の収穫を終え、今年全ての農場作業が終わりました。積雪が2メートルを越す雪深い田代平農場は、12月中旬で冬期閉鎖となります。



キクイモ収穫風景



中性脂肪 便秘 血糖値 が気になる方へ

話題の『生菊芋』販売開始!

豊富な食物繊維が腸内環境を整え、血糖値上昇の抑制、脂肪の吸収を抑える効果が期待出来る薬効成分「イヌリン」(植物で作られる天然オリゴ糖)を多く含む低カロリーな機能性食材です。「イヌリン」は、玉ねぎやゴボウなどにも多く含まれる成分ですが、100gあたりの含有量はその他の野菜で一番多いニラの0.4gに対し、キクイモは13.1g。圧倒的な含有量です。また、連作が出来ない菊芋を広大な畑地で毎年植え替えを実施し、大きさ、品質共にお客様から高評価を毎年頂いております。是非、採れたて今が旬の菊芋を毎日の食卓にご活用下さい。

*** キクイモの有効成分「イヌリン」の健康効果 ***

1. 血糖値の上昇を抑える。
2. 脂肪吸収を抑え、血液サラサラ効果。
3. 腸内でビフィズス菌・乳酸菌などの善玉菌を増やします。腸内を綺麗にし、消化吸収を良くします。便秘の改善。
4. 低カロリーで沢山食べても大丈夫。ダイエット食に!
5. 体力回復、新陳代謝を良くする、肝機能の回復。



～ジャガイモと同様にどんな家庭料理にも使えます～

シャキシャキとした食感の生食・生サラダがお勧めですがジャガイモ同様に、肉じゃが、キンピラ、天ぷら、カレー、シチュー、グラタン、漬物(味噌漬け、粕漬け、甘酢漬け)、お味噌汁の具材等、色々な家庭料理に使えます。また、様々な菊芋レシピがネットで紹介されていますので参考にさせて頂いて下さい。

期間限定「生食ならではの菊芋料理の楽しみ方」

貯蔵性が良くない菊芋は、冬期間限定(～来年3月頃迄)出荷です。いびつな形のため、洗浄や皮剥きにひと手間入りますが、色々な料理に使え、シャキシャキとした独特の食感、菊芋本来の風味を美味しく味わえるのは、「生食」だけです。

簡単おブ勒ルめ料理

「納豆に混ぜて」

みじん切りにした菊芋を納豆と混ぜると美味しい上に満腹感が出ます!



「菊芋の天ぷら」～菊芋初心者にもオススメ～

サツマイモの天ぷら同様に作ります。ホクホク・美味しい

常連のご購入者様から聞くと、レンジでチンだけ、漬物、炒め物等、長く続けられる様に、シンプルな食べ方をしている方が多いようです。気を付けたいのはイヌリンは水溶性ですので煮物は汁ごと載せて下さい。簡単レシピで毎日続けたい健康食です。

「生食用」での出荷は冬の時期だけで希少です!



放射線量測定検査(済)

無農薬・有機栽培 生菊芋

3kg... 2,400円

6kg... 3,900円

(税込・送料込み価格)

※沖縄への発送は+800円

「保存方法と料理レシピ」付です

※代金引換のみで、別途324円の手数料が加算されます。
※発送はキクイモの乾燥を防ぎ、品質維持に良い「土つき」でお送りします。すぐに調理したい方は洗浄済出荷も出来ますのでご注文の際にお知らせ下さい。(+200円)

好評発売中の季節商品 ～全て放射線量測定検査済です～

① 紫ニンジン 3kg(20～30本入) 3,240円

ポリフェノールが普通のニンジンの10倍。サラダや生ジュースに
(税込・送料込)

<12月中旬発売>

② 菊芋チップス 乾燥100g(1袋) 850円

<1～5個迄の注文は+送料550円>

<12月中旬発売>

③ 菊芋らっきょう酢漬け 300g×3パック 2,480円

菊芋のシャキシャキとした食感がたまらない美味しさ(税込・送料込)

④ 菊芋ペースト 1セット(100g×8袋) 2,160円

増量キャンペーン中。1セット毎に+3袋(計8袋)サービス。

クール便送料

・1～3セットまで...800円(税込)

・4～6セットまで...900円(税込)

※①～③は数量限定商品です。お電話でのご注文をお願いします。
(注文は代金引換のみ。別途代引手数料324円加算)
※沖縄への発送は+800円になります。

今年1年を振り返って..

今年1年を振り返りますと農業と密接な関係である「天候」の話題が中心になります。今年初めの「最強寒波」に始まり集中豪雨が日本列島を襲った7月。九州北部では30人以上の犠牲者、また秋田県では建物浸水が2千棟を越す甚大な被害がありました。夏場は東北・関東地方は低温、日照不足、長雨が続き、当園農場では農場一体が濃霧に包まれ、夏でもカッパを着て作業するほどの涼しさが続き、農作物の発芽不良、生育停滞等の影響がありました。また、台風の上陸数は年間4つと昨年より少ないのですが、各地で大きな爪痕を残し、その被害規模が毎年拡大しています。「異常気象多発時代に入っている」と専門家が指摘しています。21世紀末には日本も亜熱帯になると言われ、遠い未来のように思えていましたが、気候に敏感な農業の現場では現実味を帯びて来ました。我々は異常気象が常態化している現実を直視し、これまでのやり方を見直し、安定した農業生産・品質維持にはコストを掛けても、常に対応できる手段を持つ必要性があると考えます。天候の話ばかりになりましたが、皆様にとってはどんな年だったでしょうか...今年も皆様の励ましと労いの言葉に心より感謝申し上げます。今年一年有難うございました。