

旬ものレシピ
- FILE no.3 -
ねぎと豆乳のポタージュ



もぐさんぽ
- FILE no.3 -
Cota Cafe



ねぎを焼くことで風味が増します。塩を味噌に替えて、和風のポタージュでおすすめです。

材料(4人分)

ねぎ2本、じゃがいも1/2、バター8g
豆乳200cc、水400cc、塩少々

作り方

- ねぎ、じゃがいもをそれぞれ油で軽く焦げ目がつくまで焼く。
- 1を合わせたものに水を加え15分ほど煮る。
- じゃがいもが柔らかくなったら事を確認し、ミキシングする。
- 3を鍋に移し中火にかけ、温度があがったら豆乳を投入。
- 塩でお好みに味を整える

隣接する農園から収穫したブルーベリーを使ったメニューが味わえるお店。自然に囲まれた店内でゆったりとしたひと時を過ごせます。

ランチのイチ押しメニューは「県産豚肩ロースのブルーベリー煮込み」(限定15食)。

Cota Cafe (コタカフェ)
☎0197-67-6008 北上市相去町中成沢45-9
⑨10時~18時(ランチタイム 11時~15時)
⑩水曜日(祝日の場合は翌日)
[メニュー] ブルーベリージュースや紅茶、手づくりスコーン、Cotaパフェ等

イベントレポート
9月2日 畑の春夏秋冬×タガエルナ収穫祭



参加者は過去最大規模の約50人。
ミニトマトの収穫のあと、うるおい春夏秋冬
市内飲食店シェフ4名と共同調理を交えながら、旬の食材をふんだんに使ったコース料理
を堪能しました。

食材をつくる人、料理する人、食べる人が集う場所、まさに kitakami-gohan のを目指すところです。

【シェフ参加店舗】ときよじせつ ONODERA's steak & bistro 小春日和、キッチンバルコネクト、イタリアンダイニングラ・タヴェルナ



千田健一さん
今月の耕し人③

北上市滑田で農園を営む千田健一さん(48)。(以下、千田さん)
前職は大手コンビニの店長、フランチャイズ加盟店の経営指導を行うスーパーバイザー、エリアの責任者など現場と本部のつなぎ役を21年勤め上げてきました。

そんな千田さんが転職するきっかけとなつたのは2011年の東日本大震災です。震災では沿岸部の店舗が大きな被害を受け、地域で長年一生懸命働いてきたオーナー・店長さん達を津波で亡くすという悲しみも経験しました。

そんな折に会社から千田さんに東京異動の辞令が出ます。千田さんは悩みましたが、震災復興の一助になりたいとの思いから、東北に住み仕事をすることを選択。異動の話を断り退職したのち野菜農家として新たな道を歩き始めます。

県の補助制度を活用し、市内の農家小原房雄さんに師事しキュウリの栽培方法を1年間学びながら、1年目はお母さんと2人で10a(1000m²)ほどの土地でキュウリ・ネギを作付け。

現在では、キュウリ、ネギ、ミニトマト、キャベツ、カリフラワーなどの野菜を生産、販売しています。

そして農業をしていく中で、販路にも変化が。初年度は「JA出荷9:市内産直販売1」だった売上比率も、農家仲間からの声かけもあり、ジョイスの産直コーナー(アピア店、

鬼柳店)にも野菜を卸す様になつてからは「JA出荷6:産直販売4」になりました。千田さんは毎回2時間ほどかけて販売店を巡り納品しています。

また、同じスーパーでも立地条件などによつて聞くと「収入は前職の四分の一ほどに減つたが、家族といふ時間が増えた。また、自分で自分の時間をつくることが魅力。そして転職を決めたときに子供を授かったことが嬉しい」と笑顔で語ります。

今後の展望について「キュウリをもつと長い期間収穫できるようになります。そのためにはハウスなど施設の見直しが必要」と語る千田さん。前職からの教訓である「ルールを守る」「きちんとやる」を胸に今日も畑へ向かいます。

【取扱店】 産直あぜみち、イオン江釣子、ジョイス・ロッキー等
【生産品】 キュウリ、ネギ、ミニトマト、キャベツ
【カリフラワー等】 千田健一(ちだ・けんいち)
現在、ネギの出荷時期。好きなネギレシピは「ネギたっぷりラーメン、芋の子汁、豚バラ肉とネギ野菜炒め」とのこと。

