

地域と農業を結ぶコミュニケーション情報誌

Petit あおば

Vol.6

2019 夏号

特集 この夏食べてほしい
絶品トマト♡

“ふれあい” 活動実施中！

JA あおばでは組織基盤強化の一環として、“ふれあい”活動を実施しています。農に“ふれあう”田植えツアー、子どもと“ふれあう”ベビーマッサージ教室、地域の方々と“ふれあう”感謝祭。イベントを通じて皆さまとの“ふれあい”を大切にしていきます。



5/18(土)
田植えツアー



6/12(水)
ベビーマッサージ教室

6/22(土)～23(日)
ほほえみ館5周年感謝祭



Tomato 栄養価も高く、うま味成分も豊富!

トマトの赤い色はリコピンという色素成分によるもので、がんや老化を予防する抗酸化作用があるとされています。油脂と合わせると吸収率が上がるので、オリーブオイルやごま油などと一緒に摂るのがオススメ♪今回は直売所に出荷されているトマトの品種をご紹介します!

りんか

しっかりとした食べ応えと、コクのある味わいが特徴。糖度が高く、酸味と甘味のバランスのとれた大玉トマトです。



麗月

実も皮もしっかりとした極硬玉で、コクがあり糖度と酸味のバランスのとれたトマトです。日持ちがよいのも特徴!



トマトの保存方法

まだ緑の部分があるものは常温で保存し、赤く熟したトマトはビニール袋に入れ野菜室で冷蔵保存しましょう。冷凍保存する場合は、ヘタをくり抜き密閉できる保存袋に入れます。その際、金属トレイにのせて冷凍すると、より素早く鮮度を残し冷凍することができます。

この夏食べてほしい!
絶品 トマト



桃太郎ファイト

甘味が強くて適度な酸味もあり、ゼリー状の部分は多め。果肉がしっかりしていて、熟しても実が崩れないのが特徴です。



トマトのうま味成分 “グルタミン酸”

トマトのうま味成分、グルタミン酸は果肉よりも種の周りにあるゼリー部分に多く含まれています。このグルタミン酸は昆布と同様のうま味成分なので、料理の味をより深めてくれます。

Gingerale 本格ジンジャーエール

生姜ドリンクをお好みの量の炭酸水で割るだけ! グレープフルーツやレモンの果汁を入れるとよりさっぱりいただけます^^



生姜ドリンク『麗しょうが』

生姜の搾り汁に、てんさい糖、蜂蜜と自然由来の素材を加えた濃縮タイプの飲料です。
容量: 300ml / 1本 (5倍濃縮)
自店売価 (税込) 950円



生姜ドリンク

冬にも夏にも大活躍な生姜を使ったJAあおばの「生姜ドリンク」、ぜひいろいろな飲み方を試してみてくださいね!各直売所、営農経済センターでご購入いただけます。

トマトの中華風サラダ

●材料

鶏ささみ……………200 g
 トマト……………1個
 きゅうり……………2本
 しょうが(すりおろし)…小さじ1
 にんにく(みじん切り)……1片
 しょう油……………大さじ2
 ごま油……………大さじ1
 ほめられ酢……………大さじ1
 (A コープマーク商品)
 いりごま……………お好みで

●作り方

- 1、耐熱ボウルにAの材料を混ぜ合わせ、電子レンジ(600w)で約30秒間加熱し冷ましておく。
- 2、鶏ささみは、ボイルし割いて冷ましておき、トマトときゅうりは食べやすい大きさに切る。
- 3、1のボウルに2を入れ、よく混ぜ合わせて冷蔵庫で10分ほど冷やす。最後にお好みでいりごまをかけて完成!



色んな野菜の花

Q、右の写真の野菜たちの共通点は?

A、この野菜は全てナス科の植物です。ナス科の中でもナス、トマト、ジャガイモはナス属、ピーマンはトウガラシ属に分類されます。花は両性花で、1つの花に雄しべと雌しべがついているのが特徴。ナス科は世界で115属2,678種ほどあると言われています。ぜひ調べてみてくださいね!

トマトの花



ジャガイモの花



ピーマンの花



ナスの花



ここでしか味わえない
地元ソフト



えごまソフト

JAあおばの特産品であるえごまを使ったソフト。ひと口食べるとえごまの風味がふわっと香る素朴な味わいです。



いちじくソフト

大沢野地区特産のいちじくを使用した、いちじくの甘さと香りがさわやかなソフト。お子さまにも人気です♪



あおばの里みのり館・ほほえみ館 各300円(毎週木曜日は50円引き!)

JA あおばのおいしいコシヒカリ 1 等米を使った

パックごはん 好評販売中!!



あおば管内の農家さんが丹精込めて作り上げた
地元のコシヒカリをパックごはんにしました。

ごはんが急に必要な時や、少しだけ足りない時に

常温保存ができ、もしもの時の非常食に

県外のお子様や親せきの方への贈り物やお中元、お歳暮に

自店販売価格 **120円(税込)** 1箱12個入り1,340円
※配達の場合は100円加算されます。

イベント情報

7/18(木) 9:00~13:00

八尾地域夏の収穫感謝祭

場所: Aコープウインズ正面玄関前
(富山市八尾町井田447-1)

7/21(日) 10:00~14:00

大山地域ふれあい祭り

場所: JAあおば大山営農経済センター
(富山市田畠640-1)

7/25(木)・26(金)

夏のお買得市!

肥料・農薬・食料品の特売日!

場所: 各営農経済センター・直売所

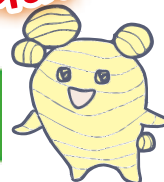


あおば農業協同組合

JAあおば公式

LINE@

みてね!



はじめました!

LINEで友達登録すると、JAあおば直売所「みのり館」、「ほほえみ館」のお得な情報やイベント情報をお届けします!ぜひ友達登録してみてくださいね!

@574wpspc

登録は上記IDを友達検索
又は

右のQRを
スキャン!



※スタンプではありません。

直売所情報

毎週水曜日はJAポイントが **2倍!**

この機会にポイントを貯めて、お得にお買い物!
ぜひ直売所にご来店ください♪
みのり館・ほほえみ館・
大山営農経済センター・
八尾営農経済センターで
ご利用いただけます。



毎週木曜日はソフトクリームが

50円引き!

JAあおばの直売所で
販売しているソフトクリームが
300円→250円に!
バニラ・チョコ・いちご・えごま・いちじくの
5種類があります。
暑いこの時期にぜひ食べに来てくださいね♪



JAカードがお得!
直売所でのお買い物が **5%OFF!**

①お買い物1回ごとに割引金額を算出します。
②JAカードご利用代金請求時に、割引します。
※Apple Payでのお支払いは、割引対象外となります。
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは、
本特典の対象外です。
※本特典は、2018年6月現在のものであり、予告なく割引率の変更や本
特典を終了する場合があります。

JAあおば 農産物直売所



あおばの里 みのり館

〒939-2252
富山市上大久保1359-2
TEL:076-467-2322
営業時間:9時~18時(年中無休・正月除く)
11月~2月中の土・日・祝は17時まで



あおばの里 ほほえみ館

〒939-2603
富山市婦中町羽根940-1
TEL:076-469-0023
営業時間:9時~18時(年中無休・正月除く)
11月~2月中の土・日・祝は17時まで