

今週のモニター品 白ねぎ(根深)、ミニトマト(アイコ)
今週は予定通り、白ねぎ(根深)とミニトマト(アイコ)をお届けします。

白ねぎ(根深)

白い部分にはビタミンCと、薬効成分のある野菜として知られていて、殺菌効果のある薬味としても活躍します。血行をよくする香り成分の硫化アリルが多く含まれています。薬効成分のある野菜として知られていて、殺菌効果のある薬味としても活躍します。



化学合成農薬の使用を半分以上減らして栽培した、直白ねぎ(根深)です。



焼くだけでめっちゃおいしい!!
まずは何も付けずに食べてみて♪



島 原自然塾(長崎県)「私たち島原自然塾は、水と緑豊かな島原半島で、『土づくり』にこだわりながら、安心・安全な野菜作りに励んでいます。白ねぎは、根元まで青い「青ねぎ」とは違い、深いところまで土をかぶせ、日に当たらないようにすることで白い部分を多くしています。ふわふわとした柔らかい土の中で成長した白ねぎは甘味がありますよ。」

美味しさ、ギュツ!!とろっと甘い!

保存方法

水分蒸散を防ぐため、キッチンペーパー等でくるんで冷暗所に保存しましょう。

栽培内容

慣行栽培基準では化学合成農薬の使用は24剤となっていますが、グリーンコープの生産者は2剤以内の使用で栽培しています。除草剤も使っていません。



島原自然塾



ミニトマト(アイコ)

ア イプラントファーム(熊本県)吉水さん「アイプラントファームでは昼夜の寒暖差が大きいので、甘味・うま味がぎゅっと凝縮されたミニトマトアイコが育ちます。丹精込めて育てた自信のあるおいしさなので、ぜひお料理の主役として使って頂けると嬉しいです。甘味があり食べやすい大きさなのでアイコを沢山使ったサラダや、お子さんの栄養満点なおやつとしてそのまま食べたり、バジルを使ったトマトパスタにしても色鮮やかでトマト本来の味を楽しめるのでおすすめです。暑い日は冷製パスタにしても美味しいですよ。その他にも色々なお料理にお使いいただけるので、ぜひお試しください。」



産 直なごみ(熊本県)菅原さん「熊本県南関町でトマトの栽培をしています。安心・安全はもちろん、美味しいミニトマトをお届け出来るように化学合成農薬の使用を減らせるように頑張っています。そのままでも美味しいですが火を通すことで旨味が凝縮し栄養価もアップします。卵と炒めたり、ベーコン巻き、パスタやグラタンなども美味しいです。」



丸 忠園芸組合(宮崎県)小倉さん「ミニトマトアイコが生育するのに一番良い季節になってきました。真っ赤に色づいたミニトマトアイコがたくさんできています。サラダ・パスタ・ピクルス等たくさん食べていただきたいです。」

南 阿蘇ファーマーズ(熊本県)大家さん「私はトマト作りを始めてもう40年以上になります。ミニトマトアイコは甘味が強いのの特徴のトマトですが、私が作っているミニトマトアイコは甘味だけでなくトマト本来の酸味・風味も残したバランスの良い味が特徴です。通常のミニトマトと比べてミニトマトアイコはゼリー部分が少なく肉厚なのでトマトが苦手な方も食べやすいと思います。甘味があるのでそのままサラダにしたり、暑い日は冷たいマリネにしても美味しいですよ。美味しく育ちましたので、ぜひたくさん食べてみてください。」

赤い色素に含まれているリコピンは、働きを抑える強い抗酸化作用があり、ガンや動脈硬化の予防効果があるとされています。リコピンは、リコピンが少なく食べやすいのが特徴です。

まずは、そのまま食べてみて！！



保存方法

冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。

栽培内容

慣行栽培基準では化学合成農薬の使用は43～66剤となっていますが、グリーンコープの生産者は、慣行栽培基準の半分以下で栽培しています。除草剤も使っていません。

