第42回 緑とのふれあい 堺市農業祭

11月23日（木・祝）午前9時～午後3時 大仙公園催し広場（堺市堺区百舌鳥夕雲町）

- JR阪和線「百舌鳥駅」下車徒歩5分
- 南海バス「堺市博物館前」「もず駅前」下車徒歩5分

※駐車場が少ないため、公共交通機関でご来場願います。
堺市産業振興センター（中百舌鳥駅前）に臨時駐車場を設置
臨時駐車場から会場までは臨時バス（無料）を運行していますので、ご利用ください。

ぬりえをして応募してね！

ご応募いただいた方の中から、抽選で10名さまに**500円分の図書カードをプレゼント！**
応募作品は、先着50名さまに限りJA堺市ホームページへ掲載します。
お近くのJA堺市の支所窓口へお持ちいただいても結構です。

きりとり

〒593-8301
大阪府堺市西区上野芝町２丁１番１号
JA堺市「ぬりえ」係行

62円
切手を
貼ってね

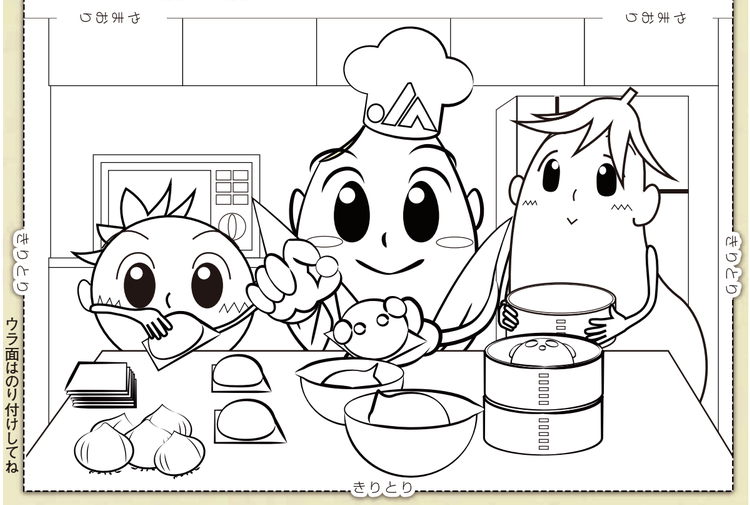
郵便はがき

〒□□□-□□□□

じゅうしょ

フリガナ
なまえ　　男・女　ねんれい

※応募の際の個人情報は賞品の発送のみに使用します。
締め切り：平成29年11月20日（月）（消印有効）当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



ウラ面はのり付けしてね

日頃の感謝をこめて

JA堺市がお得な定期貯金で応援します。

豊年プラスワイド定期貯金

【取扱期間】平成29年12月29日（金）まで

期間中、豊年プラスワイド定期貯金（期間1年元利金自動継続：通帳式）に、ご新規でお預け入れいただいた方は、お一人さま100万円まで下記の金利を適用いたします。

組合員の方（ご家族を含みます）　年0.25%（税引き後 年0.199%）

組合員外の方　年0.10%（税引き後 年0.079%）

募集金額 80億円

【ご利用いただける方】
ご新規でお預け入れいただける個人の方（お一人さま20万円から100万円まで）
下記取引項目を既にお取引いただいている方は、1項目につき年0.02%（税引き後0.015%）【最大年0.10%（税引き後0.079%）】を適用金利に上乗せいたします。

- ●公的年金受給　●給与振込　●公共料金振替３項目以上　●JAカード
- ●JA住宅ローン、小口ローン（カードローン除く）　●学費引落し
- ●堺市から要支援・要介護認定を受けた方もしくは同居の家族

下記のいずれかに該当する方は、1名義人につき別途100万円までお預け入れいただけます。

- ●当JAにて公的年金をお受け取りの方
- ●堺市から要支援・要介護認定を受けた方もしくは同居の家族

※本商品のご利用は、1店舗でのお取扱いとします。
※金利上乗せ適用項目の名義は本人名義に限ります。
※介護保険被保険者証等の提示により認定者の確認または認定者と同居であることの確認をさせていただきます。
※お預け入れは通帳式定期貯金（元利金自動継続）に限らせていただきます。
※証書式定期貯金または総合口座定期貯金・ATMでのお取扱いはできません。
※お預入時の約定利率および上乗せ利率を満期日まで適用します。なお満期日以降は店頭表示金利となります。
※お利息に20.315%（国税15.315%、地方税5%）の分離課税がかかります。
※満期日前にご解約された場合は、当JA所定の中途解約利率により計算した利息とともに払い戻します。
※この貯金は貯金保険の対象であり、同保険の範囲内で保護されます。
※金利は金融情勢の変化により、見直しさせていただくことがあります。

JA堺市組合員加入申込要件
- ●地域農業の大切さをご理解いただき、当JAと安定的にお取引いただける個人の方
- ●堺市（美原区は百舌鳥・小寺・大鷦地区に限ります）在住の方
- ●当JAへ加入時に出資金【10,000円（1,000円×10口）】を払い込みいただける方

★加入手続きには数日を要しますので、新規に組合員加入される方は、取扱期間にご注意ください。

INVITATION from KOMERU

コメルくんの挑戦状

問題

「柿が赤くなると医者が青くなる」のことわざがあるように柿はとっても栄養豊富。縄文時代の遺跡からも柿の種の化石が見つかっているけれど、甘柿の登場は鎌倉時代になってからなんだ。それまでご先祖さまたちは渋柿を渋抜きして食べていたんだね。「干し柿」や「樽抜き柿」など色々な渋抜き方法の共通点は、渋柿から渋みを追い出すのではなく封じ込めていることなんだ。では、渋柿の渋みを封じ込める物質とは何だろう？下のA・B・Cから選んでね。

答えは下段のバーコードを読み込んでホームページから応募してね。ヒントは、ホームページにあるボクたち食農探検隊の活動記録「それいけ！食農探検隊」の中にあるよ。ぜひ、探してみよう。

A タンニン　B エタノール
C アセトアルデヒド

締め切り 11/29(水)

プレゼント

正解者の中から抽選で3名さまに
ケーキハウス リバージュ
堺ふるさとお菓子20個セットをプレゼント！

※内容は写真と異なる場合があります

中央支所	tel.072-238-3107	中部南支所	tel.072-241-2785	百舌鳥支所	tel.072-252-2528	五箇荘支所	tel.072-252-0403
浜寺支所	tel.072-262-0122	深井支所	tel.072-278-0112	八田荘支所	tel.072-271-1541	東百舌鳥支所	tel.072-237-5461
津久野支所	tel.072-271-5821	北八下支所	tel.072-252-0054	南八下支所	tel.072-285-0129	日置荘支所	tel.072-285-0023
久世支所	tel.072-278-0122	東陶器支所	tel.072-237-5101	西陶器支所	tel.072-236-5481	上神谷支所	tel.072-297-0521
福泉支所	tel.072-273-4051	美木多支所	tel.072-297-0621	登美丘支所	tel.072-235-1551	金岡支所	tel.072-252-0027
鳳支所	tel.072-263-6112	営農センター	tel.072-234-1900	農産物直売所	tel.072-296-9926		

vol.10 JA堺市
■平成29年11月10日発行（不定期）
■発行所／堺市農業協同組合 〒593-8301 大阪府堺市西区上野芝町2丁1番1号 tel.072-278-3333（代表）
■代表者／寺下三郎　■編集／総務部企画広報課　■印刷所／株式会社初芝文庫印刷部
http://www.ja-sakai.or.jp　JA堺市のホームページはこちらから

みんな見て菜

Sakai "食農" information free magazine

vol. 10 2017.11
JA堺市
http://www.ja-sakai.or.jp

食のスペシャリストを目指す学生による

「大阪エコ農産物となにわ特産品等」を使ったレシピコンテスト

産学連携
JA堺市
帝塚山学院大学

大阪産の安全・安心の「大阪エコ農産物」、なにわの伝統野菜でもある「なにわ特産品」を広く知っていただき、次代を担う子どもたちにモリモリ野菜を食べてほしいという思いから、7月19日に"食のスペシャリストを目指す学生による「大阪エコ農産物となにわ特産品等」を使ったレシピコンテスト"を帝塚山学院大学（堺市南区）で開催しました。「子どもが好んで食べること」をテーマに、学生が考案した58品の中から厳選された20品がコンテストへ。審査の結果、4人の方が優秀賞を受賞しました。

コンテストで使われた 大阪エコ農産物とは

「大阪エコ農産物」は、農薬や化学肥料の使用を通常の半分以下に抑えて栽培された大阪府が認証する農産物です。より安心で私たちの環境にも配慮した農産物を皆さんにお届けするために、府内の農家さんが手間暇かけて栽培しています。

ひと手間かけた安全・安心の印 エコ農産物 大阪府認証 農薬・化学肥料【5割減】

栽培期間中使っていません エコ農産物 大阪府認証 農薬・化学肥料【不使用】

1 化学合成農薬・化学肥料を5割以上削減！
従来の栽培に比べ、化学合成農薬・化学肥料の使用を半分以下に抑えて栽培しています。

2 栽培計画書を審査し、出荷前に栽培状況を確認！
生産者の栽培計画書を審査し、また出荷前の栽培記録を確認して、大阪エコ農産物の基準を満たしているかチェックしています。

3 栽培状況の現地調査を実施！
出荷前の栽培状況を現地調査し、大阪エコ農産物の基準を満たしていることを確認しています。府内で使用量の多い農薬成分の残留農薬検査、栽培ほ場や栽培記録の確認など、実際の栽培状況を検査することにより、大阪エコ農産物の安全を確保しています。

大阪エコ農産物は「またきて菜」にて販売しています！

※写真はイメージです。

受賞作品はこちら!! レシピも紹介!

堺市農業協同組合代表理事組合長賞

タマネギの甘みたっぷり見た目もキュート!

「たまねぎたっぷりパンダまん」

松岡　愛さん

作業時間 60分

材料(4人分)

具:玉ねぎあん
- ★タマネギ …… 2個(500g)
- ★サラダ油 …… 35g
- ★豚ひき肉 …… 250g
- ★パン粉 …… 大さじ2.5(7.5g)
- ★中華ペースト …… 大さじ1(18g)
- ★濃口しょうゆ …… 大さじ1(18g)
- ★ごま油 …… 大さじ1/2(6g)
- ★砂糖 …… 大さじ1/2(4.5g)
- ★片栗粉 …… 大さじ1/2(4.5g)

皮:中華まん生地
- A薄力粉 …… 150g　砂糖 …… 30g
- 強力粉 …… 50g　塩 …… 1g
- ★ドライイースト …… 5g
- ★ぬるま湯(40℃) …… 100mL
- ★サラダ油 …… 6g
- ★黒ごまペースト …… 小さじ1(5g)

作り方

1 中華まん生地を作る
①ボウルにAの材料を入れて混ぜる。
②ドライイーストを入れてさらに混ぜ、サラダ油を入れたぬるま湯をあわせる。
③ひと塊になるまでこねて、ラップをかけて室温で15分発酵させる。
④生地を6＋0.5個に分け、0.5個分に黒ごまペーストを練りこむ。
※ぬれ布巾をかけておく。

2 玉ねぎあんを作る
①タマネギはみじん切りにし、サラダ油であめ色になるまで炒めて、パン粉と混ぜて粗熱をとる。
②ボウルにあんの材料を全て入れて練る。

3 仕上げ
①生地を丸く伸ばし、6等分したあんを包む。
②小さく切ったクッキングシートにのせ、黒ごまペーストを混ぜた生地で顔を作る。
③蒸し器で20分蒸す。

全国農業協同組合連合会大阪府本部長賞

ほんとにナス?!
チョコレートとのハーモニー!

「なすチョコカップケーキ」

林　瑞希さん

作業時間 25分

材料(5個分)
- ★ナス …… 100g
- ★生クリーム …… 20mL
- ★卵(M) …… 1個
- ★砂糖 …… 30g
- ★はちみつ …… 10g
- ★サラダ油 …… 20g
- ★薄力粉※ …… 60g
- ★ココアパウダー※ …… 大さじ1(6g)
- ★ベーキングパウダー※ …… 小さじ1(4g)
- ★チョコレート …… 1枚(約60g)
- ★生クリーム …… 60mL

作り方
①粉類(※がついたもの)を合わせてふるう。
②ナスは洗って軽く揉み、電子レンジで加熱して、粗熱をとる。(500Wで30秒)
③水気を絞ってミキサーに入れ、生クリームを加えてペースト状になるまで混ぜる。
④ボウルに卵、砂糖、はちみつを入れ、泡だて器でよく混ぜる。
⑤サラダ油を混ぜながら少しずつ加える。
⑥ナスペーストを加えてさらに混ぜる。
⑦粉類を加え、へらで切るように混ぜる。
⑧カップケーキ型(小)に生地を入れ、180℃に予熱したオーブンで10～15分焼く。
⑨チョコレートを細かく刻み、沸騰直前まで温めた生クリームに加えて溶かす。
⑩粗熱をとったケーキに⑨をかける。

大阪府農業協同組合中央会会長賞

アレンジ自在のトマトソースは
鮮やかな赤で食欲UP!

「ピザ風トマトコロッケ」

池田　愛恵さん

作業時間 60分

材料(4人分)

ピザ風コロッケ
- ★大玉トマト … 2個(430g) 外側150g
- ★ジャガイモ …… 1個(200g)
- ★タマネギ …… 1/2個(80g)
- ★ピーマン …… 1/2個(15g)
- ★皮なしウインナー …… 6本(50g)
- ★ピザ用チーズ …… 60g
- ★塩 …… 小さじ1/2(3g)
- ★こしょう …… 少々(0.5g)
- ★サラダ油 …… 小さじ1(4g)
- ★衣　薄力粉 …… 適量
- 卵(M) …… 1個(50g)
- パン粉 …… 適量(60g程度)
- ★揚げ油 …… 適量

トマトソース
- ★大玉トマト …… コロッケの余り(約280g)
- ★タマネギ …… 30g
- ★砂糖 …… 大さじ1(9g)
- ★トマトケチャップ …… 大さじ1(9g)
- ★サラダ油 …… 小さじ1(4g)

作り方

1 ピザ風コロッケを作る
①トマトは外側と内側に分け、外側は1cm角に切り、内側は粗く刻む。
②ジャガイモは小さめに切って電子レンジで加熱し(500Wで5分)、つぶして粗熱をとる。
③タマネギ、ピーマンはみじん切り、ウインナーは5mm角に切って、サラダ油で炒める。
④ジャガイモに③とトマトの外側、チーズを加え、塩、こしょうで味を調える。
⑤12等分にして丸め、衣をつけて180℃の油できつね色になるまで揚げる。

2 トマトソースを作る。
①タマネギをみじん切りにし、サラダ油で炒める。
②トマト、砂糖、トマトケチャップを加え、弱火で5分煮詰める。

3 器にトマトソースをしき、コロッケを盛り付ける。

大阪エコ農産物賞

濃厚なのに後味さっぱり
おかわりが止まらない!

「きゅうりのまろやか冷製スープ」

那脇　成美さん

作業時間 30分

材料(4人分)
- ★キュウリ …… 2本(160g)
- ★豆乳 …… 300mL
- ★牛乳 …… 200mL
- ★固形コンソメ …… 2粒(10g)
- ★水 …… 大さじ2(30mL)
- ★塩 …… 少々(0.3g)
- ★冷凍コーン …… 90g
- ★ニンジン …… 90g

※コーンとニンジンはミックスベジタブルで代用できます。

作り方
①キュウリを分量外の塩で板ずりし、薄くスライスする。
②鍋に湯をわかし、キュウリを3分茹でて水気を切る。
③ミキサーに②、豆乳、牛乳を入れてよく混ぜる。
④耐熱容器にコンソメと水を入れ、電子レンジで溶かす。(500Wで2分)
⑤別の耐熱容器にニンジンを入れ、電子レンジで柔らかくなるまで加熱する。(500Wで3分)
⑥コーンを加え、さらに1分電子レンジで加熱する。
⑦ボウルで③、④、⑥を合わせ、塩で味を調える。
⑧冷蔵庫に入れ、30分以上冷やしてから器に盛り付ける。

ハーベストの丘 農産物直売所 またきて菜 イベント情報

〝地産地消〟と〝身近に感じてもらえる関係〟をコンセプトに、主に堺市内で生産された旬の野菜や果物などを販売。生産者の名前と顔写真を掲示し、地域に愛される店づくりをめざしています。

毎月1回 土
毎月、旬の「堺のめぐみ」を使った料理の試食会を開催しています。
- 11/25(土) シュンギク
- 12/23(祝) ハクサイ

毎週 火
切り花半額
売り切りセール!
(一部対象外商品有り)

毎週 木
お米10%引き!
店内で精米したつきたて米をどうぞ!!

毎週 木 隔週 土日
お魚(塩干物)を販売!
心をこめて一枚一枚丁寧に作っています。ぜひ、どうぞ!

CREMIA
プレミアム生クリームソフトクレミア
大人気! 話題!
コク広がる、味わい深まる。
いれたてのホットコーヒーとの相性抜群!

創業祭 12/16(土)～17(日)

両日とも300名限定
2,000円以上お買い上げのお客さまにレトルトカレー3パックプレゼント!

両日とも500食限定
堺産農産物「堺のめぐみ」を使ったJA堺市女性会特製"豚汁"を無料配布!

SAKAI 堺のめぐみ
生産農家が使用した農薬などを生産履歴簿に記入し、農薬の使用状況が適正であると確認された安全・安心な堺産の農産物。

駐車場完備

農産物直売所 またきて菜

- 大阪府堺市南区鉢ヶ峯寺2036-1
- TEL／072-296-9926
- 営業時間／9:30～17:30
- 定休日／毎週水曜日(祝日除く) 年末年始(12/31～1/4)

※12/27(水)は営業します。