— Made in Fukushima —
ふくしま ものづくり帖

詳しくは こちら

町の風景だった みかんが 地域の新たな ブランドへ





町産みかんだけで作られる100%ジュース。株式会社 広野町振興公社が毎年冬に販売しています。

みかん

広野町

広野町役場 農業振興課
広野町大字下北迫字苗代替35
☎0240(27)4163

「東北に春を告げるまち」と呼ばれる広野町。雪が少なく温暖な気候を生かして、町では温州みかんが育てられています。町民が植えた苗木が数年後に実ったことから栽培が始まり、1985年には町が全戸へ苗木を配付。役場近くには「みかんの丘」と名付けた畑を整備しました。東日本大震災の後、町のイベント「みかん狩り」は一時中断されましたが、2014年に再開。今では、町産みかん100%ジュースや、みかんの花から採れた蜂蜜などの商品開発も行われています。さらに、今年からは町の振興作物に指定され、地域おこし協力隊による栽培支援や商品開発への補助も始まりました。冬の広野町を彩ってきたみかんは、町の新たなブランドへと育ち始めています。

おいしいみかんを育てる方法をレクチャーして、栽培の質と量をアップします!



地域おこし協力隊員
藤川 隆春さん

旬 減塩×レシピ

ブロッコリーとわかめのショウガさっぱり和え

調理時間／10分　エネルギー／78kcal
食塩相当量／1.1g



ごま油やショウガを加え、風味豊かで減塩でも満足感のある味わいに

材料【2人分】

- ブロッコリー……小1株（200g）
- カットわかめ……3g
- ショウガ……20g

［調味料］

- オリーブオイル…小さじ1
- ポン酢……小さじ2
- 中華だし……小さじ1/2
- ごま油……小さじ1
- 白ごま……大さじ1

作り方

1. ブロッコリーは洗って食べやすい大きさに切り、お湯で3分ほどゆで水気を切る。
2. カットわかめは水で戻して水気を切る。
3. ショウガは皮をむいて千切りにする。
4. 調味料を混ぜ合わせ、ブロッコリー、わかめ、ショウガを加えてよく和える。

ブロッコリー
旬の時期／11月～3月

緑黄色野菜の一つであるブロッコリーは、ビタミンやミネラルを多く含んでいます。特に、皮膚や粘膜の健康維持を助けるビタミンC、赤血球の形成を助ける葉酸の含有量は、野菜類の中でもトップクラスです。

クックパッド福島県公式キッチン「はら食っち～な ふくしま」でレシピ公開中

福島学院大学短期大学部 食物栄養学科学生が考案したレシピを紹介します。

読者からのお便り

平田村のハバネロは、パプリカと勘違いして栽培が始まったということを知ってビックリしました。工夫を重ねた結果、道の駅ひらたの看板商品になったのはすごいですね。（60代・伊達市）