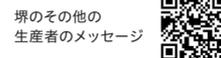


「採れたて」だから新鮮！栄養も豊か！

おいしい地元野菜で 堺を元気に！



皆さんの「おいしい」が原動力
安心して新鮮な野菜を届けたい！



南区で農業を営む藤田達也さんは、冬は春菊や小松菜などの軟弱野菜、夏はトマトやキュウリを中心に年間約10種類の野菜を作っています。「安心しておいしい野菜を届けたい。そんな思いで、毎日丹精込めて育てています。生きた植物が相手なので休みが取りづらく大変ですが、直売所で『おいしかったよ』という声を聞くと、またやる気が湧いてきます」とにっこり。作業の合間を縫って、地元の農家同士で情報交

換や勉強会なども行い、より安全でおいしい野菜を作る努力を惜しみません。地元の小学校で未来の堺を担う子どもたちに、地産地消の大切さも伝えているそうです。「堺産の野菜はスーパーにも並び、知らないうちに食べているかもしれません。販売場所が近くにあるほど新鮮な状態で届けやすくなるので、地元野菜の良さを知って食事を楽しんでもらいたいですね」

秋(冬)

堺では農産物の種類も豊富です。味わいが深くなる旬を意識して、地元野菜を探すのもオススメです。



軟弱野菜

大阪は春菊の生産が全国屈指。堺はそれを支える主な生産地です。その他、小松菜やほうれん草などの栽培も盛んです。



根菜類

消化を助ける大根やカブの他、ニンジンなど。「なにわの伝統野菜」の田辺大根や天王寺蕪(かぶら)も生産しています。



芋類

甘くて人気のサツマ芋、起源は縄文時代といわれる里芋など。秋には南区の農園でサツマ芋掘りも楽しめます。



葉菜類

葉を食べる野菜の総称で丸々とした白菜やキャベツなど。新鮮な地元産が味わえる堺は白菜の消費量も多いそう。



一生命作っています！
いっぱい味わってください！

ご存じですか？堺市の農業産出額は府内第1位！特に春菊や小松菜は生産量が多いことで知られています。傷みやすいこれらの野菜も堺産なら新鮮なまま、おいしく味わえて良いこと尽くし。堺産の野菜は他にもたくさんの種類があり、1年を通して皆さんの食卓を豊かにしています。



なにわの伝統野菜

守り続けて約120年
堺原産の「堺鷹の爪」

純粋種「堺鷹の爪」を守るため堺で保存会が結成され、今年7月に地域団体申請初の「なにわの伝統野菜」に認証されました。辛口唐辛子とされる「天鷹」より約3倍辛く、また香りもよいそうです。



採れたてを気軽に食卓へ！ 春菊のパスタ

農産物直売所「またきて菜」の野菜ソムリエが考案した、堺産の新鮮な春菊を使った、おうちで簡単に作れるパスタを紹介します。旬を迎える春菊の風味を生かすには、苦味が出ないように炒め過ぎないことがポイントです。

その他のおすすめ
レシピはこちらから



材料(2人分)

- パスタ.....200g
- 春菊.....1/2袋(3束)
- ベーコン.....2枚
- ニンニクチューブ...適量
- オリーブオイル.....大さじ2
- 麵つゆ.....大さじ2
- バター.....適量
- 塩・こしょう.....少々

作り方

- 1 沸騰したお湯に塩を入れてパスタをゆでる。
- 2 春菊は洗い4等分に、ベーコンは1cm幅に切る。
- 3 フライパンにオリーブオイル、ニンニクチューブ、ベーコンを入れ弱火で炒める。
- 4 ベーコンに焼き色がついたら、中火で春菊を茎から炒め、火が通りやすい葉の部分は後から加えて軽く炒める。
- 5 パスタを入れて麵つゆを絡め、バター、塩・こしょうで味付けする。



旬の野菜が「そろっているさかい」
農産物直売所に「またきて菜」！

新鮮な野菜は
ここでも買える！！



ハーベストの丘にある農産物直売所「またきて菜」。毎朝、農家の方が持ち寄り、朝採れの野菜や果物、花などはどれもみずみずしく、種類も豊富！商品には生産者の名前ラベルが貼られ、安心してお買い物ができる地産地消の拠点です。

☎ 南区鉢ヶ峯寺2036-1
☎ 296-9926
◎ 営業 9時30分～16時30分
(水曜日休み)

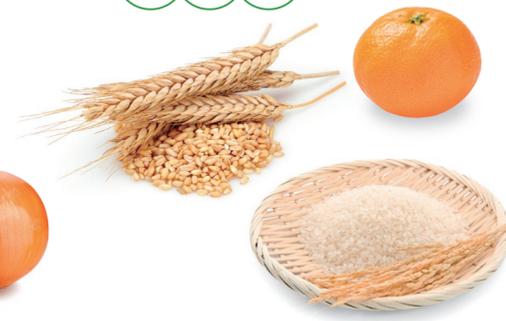


春(夏)



タマネギは泉州地域で幅広く作られ、甘く柔らかいといわれています。春夏には他にもトマト、キュウリ、ソラ豆、ゴーヤなど多彩に作られています。

これ(も)



堺では、米や大麦、大豆などの穀物も栽培。夏のイチジク、秋の柿をはじめ、冬は堺南部を中心に温州ミカンがたくさん収穫されます。

NEWS

ロゴマークが 10月から新しく!!

10月1日より堺産の野菜・果樹はすべて、「堺のめぐみ」の対象に拡大しました。地元農産物を食べて市内農地が保全されると、地域の景観が守られ、更に洪水やヒートアイランドの防止にもなります。地産地消の更なる促進をめざしロゴマークが一新されました。



空や大地などをイメージ

NEWS

「やさいバス」が運行開始

インターネットで生産者へ直接注文した新鮮な野菜を、近くで受け取れる「やさいバス」。11月から事業者を対象に運行を始め、配送エリア拡大、将来的に一般利用をめざしています。



堺の農業の魅力を発信!

Umy堺.com

レシピや農産物直売所など
役立つ情報が目白押し

「おいしい」「美しい」「楽しい」をテーマに、クッキング動画や、美しい農地のスマホ・パソコン用壁紙、堺の若手農家が集まる「堺4Hクラブ」の取組などを掲載しています。市内の農産物直売所の地図も便利です。

