

新鮮 & 旬の堺の野菜を

スーパーなどで農産物を買う時、産地を気にしたことはありますか？

旬の採れたて堺産農産物を選ぶことは、

豊かな食生活や地元農家の応援につながります。

更に地域の物を地域で消費する「地産地消」が行われることで、

地域の環境や経済にも好循環が生まれます。

堺の野菜を食べて、“おいしい”暮らしを始めませんか。

消費者

新鮮で
季節感のある食卓、
環境に優しい
生活を実現



小売店・飲食店

食育の推進、環境負荷の軽減など
地域貢献につながる

農家

消費者ニーズを
捉えた生産、
販路の開拓が
できる



ご存じですか「堺のめぐみ」

地域の農産物を「知って、選んで、食べる」ことで食と暮らしと環境を支える農業の多様な価値に共感する「地産地消の推進」を目的としています。スーパーなどでぜひ探してみてください。



学校給食にも

タマネギや米などは学校給食に使用されており、小松菜やシロナなどはほとんどが堺産です。「堺のめぐみ」を給食に使用することで、食育を推進しています。



離乳食にも

新鮮でおいしい「堺のめぐみ」は、離乳食の赤ちゃんから高齢の方まで食べやすいと評判です。



小松菜の煮物(幼児メニュー)

※離乳食にアレンジする場合は、月齢に応じて大きさや味付けを調整してください。

材料(幼児1人分)	作り方
小松菜 35g	①小松菜はさつゆで、水気を絞って2cm幅で切る。ニンジンと平天も2cm幅に。
ニンジン 7g	②鍋にだし汁と①を入れて火に掛け、ニンジンが柔らかくなったら調味料を加えて煮る。
平天 7g	
だし汁 適量	
砂糖 しょうゆ	

※平天は1歳ごろから始めましょう。

おやさい
だ～いすき!

私たちに
できること

直売所を利用する

市内にある農産物の朝市や直売所に行ってみませんか。「堺のめぐみ」をはじめ、旬の採れたて農産物を購入できます。



地産地消を実施している飲食店・販売店を利用する

「堺のめぐみ」を使用した料理を提供している飲食店、取り扱いのあるスーパーなどの販売店を紹介しています。



地域のイベントに参加する

マルシェや農業祭など、堺の農産物に出会えるイベントに参加してみよう。秋マルシェは2ページ、堺市農業祭については3ページをご覧ください。



食べて“おいしい”暮らしを



しものファーム
代表取締役
霜野要規さん



子どもにも喜ばれる野菜を

小松菜、ホウレン草、春菊などの葉物野菜を「堺のめぐみ」として生産しています。中でも小松菜は、市内の学校給食で使用される量の大半を出荷しており、甘み、柔らかさ、歯切れの良さなどからお子さんにも好評です。以前、スーパーで小松菜の試食販売をした際、野菜嫌いのお子さんが37回もおかわりしてくれて、大きな自信になりました。ゆでた小松菜にツナ、マヨネーズをあえるだけの簡単メニューですので、ぜひ一度、お召し上がりください。

しものファームの小松菜は「ひとみ」という品種で、葉が丸く卵型をしているのが特徴。ビニールハウス内の温度や水分量はコンピューターが管理していますが、天気や湿度に応じて一日に何度も細かい調整を行っています。カルシウムやミネラ



ヤシガラを混ぜた畑の土は、たくさん空気や水分を蓄え、ふわふわの触感に。

生産者と消費者をつなぐ場所に

the PARKSIDE(ザ パークサイド)は日本中から届く農産物のおいしさを届けたいという思いから生まれた青果市場直営のカフェ&マルシェです。マルシェの店頭には熟練のバイヤーが選んだ新鮮な青果や、スーパーでは見かける機会の少ないものが並ぶこともあり、お子さんから高齢の方まで幅広い世代にご利用いただいています。カフェの人気メニュー「もりもり野菜のサラダプレート」には産地から届いたばかりの新鮮な野菜がたっぷり。内容は日によって変わりますが、サラダのミズナやミニトマト、付け合わせのキッシュに入れた小松菜など、堺産の野菜も積極的に使っています。

堺産の野菜をメニューに採用する理由の一つ



は、畑で採れてから24時間以内にお客様へ届けられる新鮮さ。輸送時間やコストがかからない分、新鮮でおいしい野菜をお手頃価格で味わってもらえるのも魅力です。

もう一つは、こだわりの栽培方法やおいしい食べ方など、青果に込められた農家の方々の思いを、直接お客様に伝えられること。生産者と消費者の距離が近く、顔の見える関係を作りやすい点も地産地消のメリットです。

現在は接客時やSNSを中心に青果の魅力を発信していますが、将来的にはヨーロッパのサンデーマーケットのようなイベントを開催するのが夢です。市場と地域、産地と消費者をつなぎ、活気付けられるような場所になればと思います。



the PARKSIDE
◎場所 北区中村町744-1
◎営業 10~17時
(水曜休み)
URL:
<https://the-parkside-nanbu.com/>



the PARKSIDE
店長
中谷祥子さん