

# JAとお米のつながり

JAでは生産者と一体となって、安心で良質なおいしいお米を食卓へお届けしています。生産や販売だけではなく、地域と農業をつなぐ橋渡しの役割も担っています。

## 小学生の田植え体験をサポート

地域貢献活動の一環として、JA職員や女性部、青年部による田植え指導を行っています。子どもたちが食や農業に関心を持つきっかけ作りを担っています。



## 共同育苗

農家の労力軽減と作業の効率化を目的に、共同育苗を行っています。2024年度は県の奨励品種「まっしぐら」を委託農家58戸へ配布しました。



藤坂育苗センターでの苗づくり

## かだあ〜れの『今ずり米』販売

JA直売所「かだあ〜れ」では、JAカントリー直送の管内産米の「まっしぐら」をその場で精米し販売しています。玄米の状態での低温貯蔵しているため、1年中おいしいお米を購入できます。



## 手作りの加工品でおいしさをPR

女性部員らによる手作りの加工品を販売し、米の消費拡大運動を行っています。それぞれ10年以上の歴史があり、リピーターだけでなく新規ファンも拡大中です。

### きりたんぼ

女性部十和田湖支部では、地域のイベントできりたんぼを販売しています。2023年度のJA収穫祭では、約1700本を1日で完売するほどの人気ぶりです。



### 団子

管内の女性部や米加工グループなどでは、直売所や食品スーパーで団子の販売をしています。ふっくらとした優しい味わいが特徴で、特に彼岸にはお供え用として予約注文が殺到します。



### べこもち

女性部横浜町支部加工部会では、道の駅や直売所でべこ餅を販売しています。伝統的な柄だけでなく、子どもへのお土産にピッタリな動物シリーズも好評です。



## お米

## カントリーエレベーターやライスセンターの共同利用

収穫されたお米は、カントリーエレベーターやライスセンターに持ち込まれます。乾燥、調製、貯蔵までを行う施設はカントリーエレベーター、乾燥、調製までを行う施設はライスセンターと呼ばれます。管内では、5つの共同乾燥施設が稼働しています。



十和田市の中央カントリーエレベーター

## お米レシピ

### 切って乗せるだけ! ころ玉冷や汁

#### 材料(2人前)

- ・キュウリ……………1/2本(50グラム)
- ・ナガイモ……………150グラム
- ・サバの水煮(缶詰)…1缶(150グラム)
- ・ご飯……………茶碗2杯分
- ・みそ……………大さじ2
- ・すりごま……………大さじ1
- ・水……………200ミリリットル
- ・うすらの卵……………2個
- ・刻みネギ……………適量

#### 作り方

- ① ボウルにサバを汁ごと入れ、身をスプーンの背で軽くつぶす。みそとすりごま、水を加えて混ぜる。
- ② ナガイモの皮をむいて半分をすりおろし、残りを短冊切りにする。キュウリは小口切りにする。
- ③ ①にナガイモとキュウリを加えて混ぜ合わせる。
- ④ 茶碗にご飯を盛り、③をかける。うすらの卵、刻みネギをトッピングして完成!

#### POINT

火を使わず、切って乗せるだけの簡単レシピ。スライサーを使えばまな板いらずで、あっという間に完成します!アレンジが効くので、お好みの薬味をプラスしてみてください。

#### 材料(3本分)

- ・温かいご飯……………300グラム
- ・あんこ……………150グラム
- ・塩水……………適量
- ・サラダ油……………適量
- ・割りばし……………3膳

#### ◆トッピング(お好みで)

- ・きなこ
- ・みたらしラレ
  - ・醤油……………大さじ1
  - ・砂糖……………大さじ1
  - ・水……………大さじ4
  - ・片栗粉……………大さじ1/2

#### 作り方

- ① 温かいご飯をチャック付きポリ袋に入れ、粒が半分残るくらいまで押し潰す。
- ② 割りばしの持ち手側半分にあんこを巻き付ける。
- ③ 塩水を手に付けてあんこの周りにお米を巻き付ける。
- ④ ③を濡れたまな板の上でコロコロと転がして形を整える。
- ⑤ 薄くサラダ油を引いたフライパンで焼き目が付くまで中火で焼く。

みたらしラレ:すべての材料を鍋に入れ、ダマにならないように混ぜてから、中火でとろみがつくまで温める。

### 串団子風きりたんぼスイーツ きりたあんこ



#### POINT

きりたんぼを串団子風にアレンジしました。お米なのであんこの相性もばっちり。お米のつづつが食感が楽しめます!

## お米をおいしく 食べるための

## 豆知識



いただきます



### 最初のすすぎの水が決め手!

お米は水に浸けた瞬間から一気に水分を吸収します。最初の水洗いは手早くすすぎ、すぐに水を変えて、雑味をお米に吸い込まないようにしましょう。

炊飯にミネラルウォーターや浄水器の水を使っている場合は、最初の水洗いにも使用するとよりおいしく炊くことができます。



### 夏場の保管場所に注意!



お米は暑さや湿気に弱いので、冷蔵庫など涼しい場所で保管するのがおすすめです。25~28度以上になると虫がつきやすくなるので注意が必要です。

また、お米はにおいを吸いやすいので、カップラーメンや漬け物などにおいの強いもののそばには置かないよう気を付けましょう。

### 計量カップではなく“はかり”を使うとうっかり防止に!

炊飯前に、お米や水を計量カップで計っていると「今、何杯入れたっけ…?」となった経験はありませんか?防止策としておすすめなのは、重さで計量すること。

約150グラム(米1合)に対して水200グラム(200ミリリットル)が目安です。カップで何回もすくう必要がないため、時短にもつながります。



魅力でいっぱい!

ファーマーズ・マーケット

直売所へ行こう! **かだあ〜れ**

生花や果物、バーベキュー用のお肉セット、海鮮セットなどを豊富に取り揃えてお待ちしております。お刺身やお寿司のご注文は、サービスカウンターまたはお電話で承ります。



## お盆準備市

8月 9日(金)~13日(火)



## 秋のお彼岸セール

9月17日(火)~21日(土)



団子注文受付 8月24日(土)~9月13日(金)

3個入り…510円/5個入り…850円

営業時間/9:00~18:00 定休日/毎月第2水曜日

7月10日(水)から電話番号が変更となりました。

TEL.0176-65-0500



店内の最新情報やお得な情報を配信します! QRコードからチェック!