

産

地強化への取り組み



当JA七戸支管内の中集出荷所には、最新のトマト選別設備を設置しています。選別設備は、カラー内部品質センサーが装備され、トマトの色や形、外部傷害の程度などを細かく調べることができます。



生産者が丹精込めて育てたトマトは、県内をはじめ、関東方面へ出荷しています。

高品質、多様な選別ができる出荷体制で農家所得アップと産地力強化を目指しています。

モ

スバーガー×TOM-VEGEトマト!



本日の野菜主な产地
7月30日(水)
青森県 黒石市
山田 広治さん
青森県十和田市
氣田 勉さん
青森県八戸市
佐藤 金津市
山崎 洋次
JA十和田おいらせ会員農家
おおもり野菜ソムリエ

産地名=JA本店所在地。

北東北3県(青森、岩手、秋田)のモスバーガーでは、JA十和田おいらせトマト部会のトマトを平成24年から使用しています。TOM-VEGEトマトのほどよい酸味と甘さが、パテの旨みをより引き立てています。

モスバーガー店舗では、その日ハンバーガーに使われる野菜を紹介する「野菜黒板」を展示しています。JA十和田おいらせ産のトマトは、気田部会長の名前で紹介しています。ぜひ、名前を探し、味わってみてください！

野菜ソムリエ あすま
Cooking-(3)夏にぴったり!
絹ごし豆腐deカブレーゼ

絹ごし豆腐の表面に塩を少々塗り、キッチンペーパーで包み1日置くと、豆腐の水分が抜け、まるでモツァレラチーズのような食感に！

材料(1人分)

トマト	1コ
絹ごし豆腐	1/2丁
(飾り付け)バジルorミントの葉	適量
☆EVオリーブ油	大さじ1
☆リング酢(又はバルサミコ酢)	大さじ1
☆醤油	小さじ1
☆塩こしょう	少々

作り方

- ① トマト、絹ごし豆腐は好みの大きさに切る
- ② ☆を混ぜ合わせる
- ③ ①を器に盛り付け②をかける
- ④ バジルを飾り完成

豆腐に含まれるイソフラボンと、トマトに含まれるリコピンの効果で免疫力アップ！

野菜ソムリエさん
提供レシピ

あおもり野菜ソムリエ
なかむら ゆりこ
中村百合子さん
(十和田)



みんなで
つくろう！

トマト
ここがすごい！

リコピン

抗酸化作用があり、動脈硬化や脳卒中予防の効果、またコラーゲンの生成を促して美肌をつくる作用があるといわれています。リコピンは熱に強く、加熱されても失われることがないほか、油で調理すると吸収がより高まります。

ビタミンC

毛細血管を強くします。トマトを常食することで血管を強化し、高血圧を予防することができます。

グルタミン酸

トマトの中にあるゼリー状の部分は漿果(しょうか)と呼ばれ、旨みのかたまりであるグルタミン酸が、果肉の2倍含まれています。

トマト×食べ合わせ
いろいろ

トマトに含まれるグルタミン酸と豚肉などに含まれるイノシン酸を合わせることで旨みの相乗効果が生まれる！舌に感じる旨みがアップします。

トマトに含まれるリコピン、ナスに含まれるアントシアニンには高い抗酸化作用があり、老化防止の効果が期待できます。

どこで買えるの？

青森県内では、JA直売所「十和田やさい館」などでTOM-VEGEトマトを販売しています。ぜひお立ち寄りください！

十和田やさい館

住所:十和田市東一番町6-51(ヤマヨ十和田店向かい)

電話:0176-25-6950 営業時間:9時30分～17時30分

1～6月まで(定休日:毎週水曜日)／7～12月までは無休

TOM-VEGEトマトを
ご紹介します

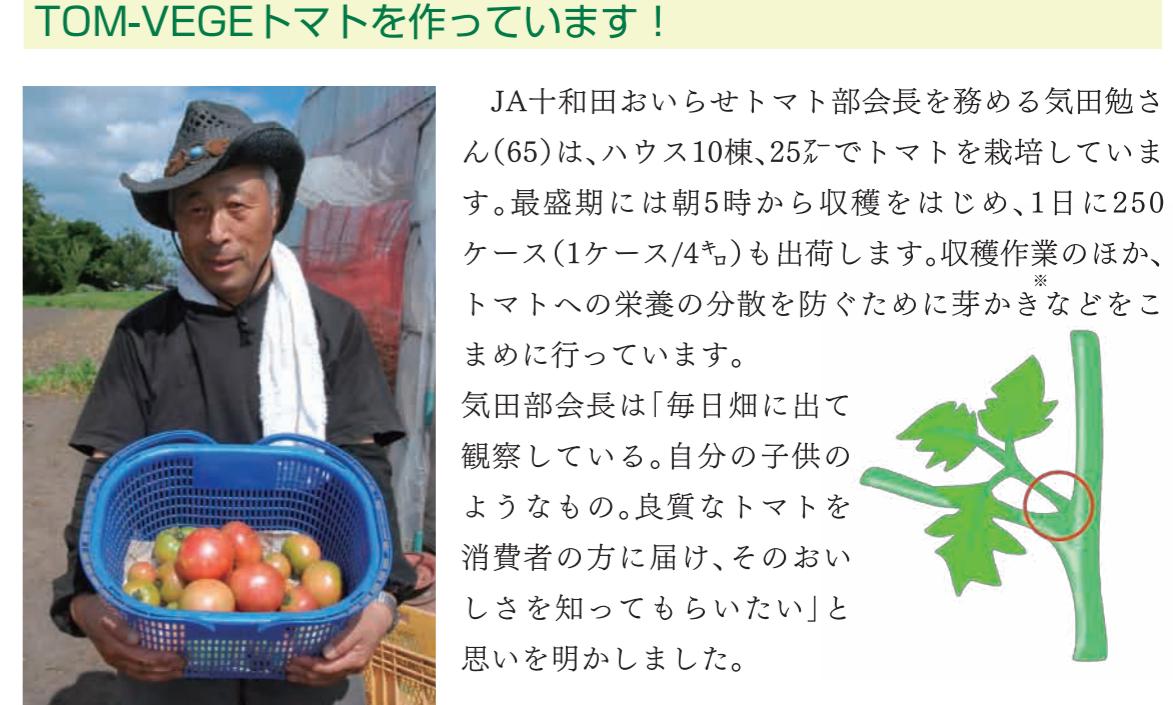


生

産者へ聞いてみました！



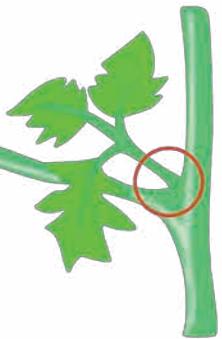
トマトの様子を見る気田部会長



TOM-VEGEトマトを作っています！

JA十和田おいらせトマト部会長を務める気田勉さん(65)は、ハウス10棟、25㌃でトマトを栽培しています。最盛期には朝5時から収穫をはじめ、1日に250ケース(1ケース/4㌔)も出荷します。収穫作業のほか、トマトへの栄養の分散を防ぐために芽かきなどをこまめに行っています。

気田部会長は「毎日畑に出て観察している。自分の子供のようなもの。良質なトマトを消費者の方に届け、そのおいしさを知ってもらいたい」と思いを明かしました。



※「芽かき」とは…新たに伸びてきた側枝を取り除く作業



おいしいトマトの見分け方は？

おいしさが分かりやすいのは、お尻の部分です。実のおしり部分から放射線状に現れる線が多く、はっきりと現れているものは糖度が高い証拠です。また、ヘタが濃い緑色で、ピンと張りがあるものは新鮮なトマトです。

どこで買えるの？

青森県内では、JA直売所「十和田やさい館」などでTOM-VEGEトマトを販売しています。ぜひお立ち寄りください！

十和田やさい館

住所:十和田市東一番町6-51(ヤマヨ十和田店向かい)

電話:0176-25-6950 営業時間:9時30分～17時30分

1～6月まで(定休日:毎週水曜日)／7～12月までは無休